

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DALAM
MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA
DALAM MENGHADAPI TES BAHASA DI FAKULTAS
DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN WALISONGO
SEMARANG**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Oleh:

MUHAMMAD ZIDNI ILMA

1401016077

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG 2020**

NOTA PEMBIMBING

Lamp. : 5 (lima) eksemplar

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : M. Zidni Ilma

NIM : 1401016077

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

Judul : Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam
Menurunkan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam
Menghadapi Tes Bahasa Di Fakultas Dakwah Dan
Komunikasi UIN Walisongo Semarang

Dengan ini telah kami setuju, dan mohon agar segera diujikan. Demikian,
atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 30 Desember

2019

Pembimbing,

Bidang Substansi Materi

Bidang Metodologi dan Tata Tulis

Dr. Safrodin, M.Ag.
NIP. 19751203 200312 1 002

Hasyim Hasanah, S.Sos.I., M.S.I.
NIP. 19820203 200710 2 001

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di salah satu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan. Adapun sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 31 Desember
2019

Penulis

Muhammad Zidni Ilma
1401016077

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, atas puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik serta hidayah-Nya kepada kita semua. Dengan bimbingan dan petunjuk-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Tes Bahasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang” ini dengan lancar dan tanpa suatu halangan apapun. Sholawat serta salam tidak lupa saya panjatkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. Semoga kita termasuk golongan umatnya dan mendapat syafaat di hari kiamat nanti. Aamiin. Sebuah kebahagiaan bagi penulis, karena tugas dan tanggung jawab penulis untuk menyelesaikan studi strata satu (S1) pada Ilmu Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang dapat menyelesaikan dengan baik.

Penulis menyadari skripsi ini tidaklah mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan dan dorongan moral maupun materil dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang Beserta Wakil Rektor I, II, dan III
2. Bapak., Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang
3. Ibu Ema Hidayanti, S. Sos. I, M.S.I, selaku Kepala Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, dan Ibu Hj. Widayat Mintarsih M.Pd., selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam
4. Bapak Dr. Safrodin, M.Ag dan Ibu Hasyim Hasanah, S.Sos.I., M.S.I., selaku Dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah mendidik selama menempuh studi pada program S1 Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

6. Seluruh staf Tata Usaha, Perpustakaan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
7. Kepala Perpustakaan UIN Walisongo Semarang serta pengelola perpustakaan Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan pelayanan perpustakaan dengan baik.
8. Keluarga tercinta Bapak Fahrurrozi dan Ibu Marfuah yang telah memberikan do'a, bimbingan, kasih dan sayang serta dukungan moril maupun materiil sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
9. Bapak Komarudin, M.Ag. yang senantiasa sabar dalam mengajari saya mengaji, dan selalu memberi motivasi serta doa untuk saya
10. Teman diskusi Afrohah Ira, Sintiani, dan Anis Ludfiana
11. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Teriring Do'a semoga Allah SWT senantiasa membalas semua amal kebaikan dari semuanya dengan sebaik-baiknya balasan. Akhirnya penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini jauh dari sempurna maka dengan besar hati penulis menerima masukan yang membangun dari pembaca agar lebih baik. Semoga skripsi ini bermanfaat di kemudian hari bagi generasi berikutnya, terlebih dapat memberikan kontribusi dalam menambah referensi untuk Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Semarang, 30 Desember
2019

Penulis,

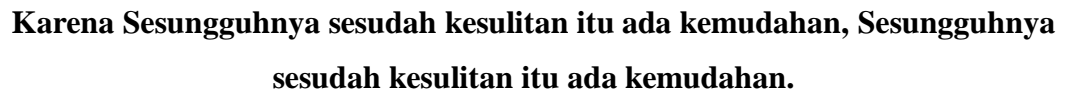
M. Zidni Ilma

PERSEMBAHAN

Maha suci Allah yang telah memberi rahmat dan nikmat kepada seluruh manusia di dunia ini dan hanya kepada-Nya segala cinta dan kasih sejati yang selalu tertanam di hati. Ijinkan dan ridhoi hambaMu ini disetiap langkah dan perbuatan, serta bimbing hamba menebar rahmat disetiap langkah kekasih Muhammad SAW. Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

Almamaterku, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

Yang tercinta Ibunda Marfuah dan Ayahanda Fahrurozi yang selalu ada disaat suka maupun duka, yang selalu mendampingi saat lemah tak berdaya, yang selalu memanjatkan doa untuk putra yang tercinta di setiap sujudnya, serta selalu memberi semangat dan dorongan demi meraih kelancaran dan kesuksesan.

[illegible]

(Kementrian Agama2014:904)

ABSTRAK

Test of English as a Foreign Language (TOEFL) dan *Ikhtibar mi'yar al kafaah fii al lughoh al 'arobiyyah* (IMKA). Banyak mahasiswa yang mengeluh akibat belum menyelesaikan tes tersebut dan imbasnya mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi tidak dapat lulus tepat waktu. Kecemasan yang terjadi pada mahasiswa yang akan menghadapi Tes Bahasa adalah normal, namun sejauh mana mahasiswa tersebut dapat mengatasi rasa cemasnya, tergantung pada kemampuan siswa tersebut untuk merespon kecemasan yang dialaminya. Pada umumnya individu membutuhkan bantuan orang lain sebagai dukungan bagi dirinya ketika menghadapi masalah. Dengan adanya dukungan sosial dapat mengontrol timbulnya kecemasan. Dalam hal ini dapat dikaitkan dengan perasaan kecemasan yang dihadapi oleh mahasiswa FDK UIN Walisongo Semarang angkatan 2016 dalam menghadapi tes bahasa. Oleh karena itu peran teman sebaya akan sangat dibutuhkan, mengingat teman sebaya adalah orang terdekat dalam setiap interaksi.

Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode kuantitatif *field research*. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 87, dari total 111 dari total subyek yang merupakan mahasiswa FDK UIN Walsiongo Semarang angkatan 2016 yang akan menghadapi tes dengan teknik *random sampling*. Pengambilan data menggunakan metode angket, observasi dan wawancara. Data diuji validitas dan reliabilitas menggunakan *Product Moment Corellation* dari *Pearson*, dan *Alpha Cronbach*, dengan progam SPSS 25.0 *for Windows*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Tes Bahasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Hal ini sesuai dengan hasil uji Nilai F sebesar 112,674 dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$ dan hasil uji dengan R Square sebesar 0,570, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (dukungan sosial teman sebaya) terhadap variabel terikat (kecemasan) adalah sebesar 0,565%. Selain itu, diperkuat juga dengan sebesar 10,615 dengan nilai sig. sebesar $0,000 < 0,05$. Hal tersebut berarti dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap menurunkan tingkat kecemasan.

Kata Kunci : Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kecemasan

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN NOTA PEMBIMBING | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iii |
| PERNYATAAN | iv |
| KATA PENGANTAR..... | v |
| PERSEMBAHAN | vii |
| MOTTO | viii |
| PEDOMAN TRANSLITERASI..... | ix |
| ABSTRAK..... | x |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR TABEL | xiv |
| DAFTAR GAMBAR..... | xv |
| DAFTAR SINGKATAN | xvi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvii |
| BAB : I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 7 |
| C. Tujuan dan Manfaat Penelitian | 7 |
| 1. Tujuan Penelitian | 7 |
| 2. Manfaat Penelitian..... | 7 |
| D. Tinjauan Pustaka..... | 7 |
| E. Sistematika Penulisan..... | 10 |
| BAB : II LANDASAN TEORI PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA, MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENGHADAPI TES BAHASA, DAN HIPOTESIS | |
| A. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya..... | 12 |
| 1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya..... | 12 |
| 2. Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya | 14 |
| 3. Komponen Dukungan Sosial Teman Sebaya | 16 |
| 4. Ciri Kelompok Dukungan Sosial Teman Sebaya | 18 |
| 5. Indikator Dukungan Sosial Teman Sebaya | 18 |
| B. Kecemasan dalam Menghadapi Ujian | 19 |

| | |
|---|----|
| 1. Pengertian Kecemasan | 19 |
| 2. Tingkat Kecemasan..... | 20 |
| 3. Penyebab Kecemasan..... | 22 |
| 4. Reaksi yang ditimbulkan Kecemasan | 24 |
| C. Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan dalam Menghadapi Tes Bahasa | 25 |
| D. Hipotesis..... | 27 |

BAB : III METODOLOGI PENELITIAN

| | |
|--|----|
| A. Jenis dan Pendekatan Penelitian | 28 |
| B. Definisi Konseptual | 29 |
| C. Definisi Operasional | 30 |
| D. Sumber dan Jenis Data..... | 30 |
| E. Populasi dan Sample Penelitian | 31 |
| F. Teknik Pengumpulan Data..... | 32 |
| G. Valliditas dan Reabilitas Data | 35 |
| H. Teknik Analisis Data | 38 |

**BAB : IV DESKRIPSI UMUM UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
WALISONGO FAKULTAS DAKWAH DAM KOMUNIKASI**

| | |
|---|----|
| A. Data Umum Hasil Penelitian | 41 |
| 1. Profil Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisong | 41 |
| 2. Visi dan Misi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang | 42 |
| 3. Sasaran Progam..... | 42 |
| 4. Tujuan Progam..... | 43 |
| 5. Struktur Organisasi..... | 43 |
| 6. Fasilitas Fakultas Dakwah dan Komunikasi..... | 44 |
| 7. Profil Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi..... | 45 |
| 8. Dukungan Sosial Teman Sebaya | 46 |
| 9. Kecemasan dalam Menghadapi Tes Bahasa..... | 48 |

BAB : V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

| | |
|--------------------------------------|----|
| A. Analisis Data Penelitian | |
| 1. Analisis Pendahuluan | 49 |
| 2. Uji Asumsi..... | 52 |
| a. Uji Normalitas..... | 53 |
| b. Uji Linieritas | 54 |
| c. Uji Homogenitas | 54 |
| 3. Uji Hipotesis | 55 |
| a. Uji Stimulan (F) | 55 |
| b. Uji Determinasi (R) | 56 |
| B. Pembahasan Hasil Penelitian | 57 |

BAB : VI PENUTUP

| | |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan | 65 |
| B. Saran | 66 |
| C. Penutup | 66 |

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

| | |
|----------|--|
| Tabel 1 | <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Tabel 2 | <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan |
| Tabel 3 | Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Tabel 4 | Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Tabel 5 | Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Tabel 6 | Hasil Uji Validitas Skala Kemasn |
| Tabel 7 | Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan |
| Tabel 8 | Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan |
| Tabel 9 | Jumlah Skor Jawaban Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya (X) dan Variabel Kecemasan (Y) |
| Tabel 10 | Deskripsi Data Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Tabel 11 | Deskripsi Data Kecemasan |
| Tabel 12 | Rumusan Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Tabel 13 | Hasil Presentasi Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Tabel 14 | Rumusan Kategorisasi Kecemasan |
| Tabel 15 | Hasil Presentasi Variabel Kecemasan |
| Tabel 16 | Hasil Uji Normalitas |
| Tabel 17 | Hasil Uji Linieritas |
| Tabel 18 | Hasil Uji Homogenitas |
| Tabel 19 | Hasil Uji Stimulan (F) |
| Tabel 20 | Hasil Uji Determinasi (R) |

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1 Grafik Lingkaran Hasil Presentase Skor Dukungan Sosial Teman
Sebaya
- Gambar 2 Grafik Lingkaran Hasil Presentase Kecemasan

DAFTAR SINGKATAN

| | |
|-------|---|
| SAW | : Shalallahu Alaihi Wassalam |
| SWT | : Subhanahu Wata'ala |
| Q.S. | : Qur'an Surat |
| SPSS | : <i>Statistical Product and Service Solution</i> |
| SS | : Sangat Sesuai |
| S | : Sesuai |
| N | : Netral |
| TS | : Tidak Sesuai |
| STS | : Sangat Tidak Sesuai |
| UIN | : Universitas Islam Negeri |
| PIB | : Progam Intensif Bahasa |
| SK | : Surat Keterangan |
| PPB | : Pusat Pengembangan Bahasa |
| LPM | : Lembaga Pers Mahasiswa |
| FDK | : Fakultas Dakwah dan Komunikasi |
| BPI | : Bimbingan Penyuluh Islam |
| SD | : Standart Deviation |
| TOEFL | : Test of English as a Foreign Language |
| IMKA | : Ikhtibar mi'yar al kafaah fii al lughoh al 'arobiyyah |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|-------------|--|
| Lampiran 1 | Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Lampiran 2 | Skala Kecemasan |
| Lampiran 3 | Skor Jawaban Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Lampiran 4 | Skor Jawaban Skala Kecemasan |
| Lampiran 5 | Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial |
| Lampiran 6 | Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan |
| Lampiran 7 | Skala Riset Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Lampiran 8 | Skala Riset Kecemasan |
| Lampiran 9 | Data Riset Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial |
| Lampiran 10 | Data Riset Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Tes |
| Lampiran 11 | Hasil Riset Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya |
| Lampiran 12 | Hasil Riset Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Tes |
| Lampiran 13 | Hasil Jumlah Skor Jawaban Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Skala Kecemasan |
| Lampiran 14 | Deskripsi Data Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kecemasan, Hasil Analisis Uji Hipotesis |

BAB I

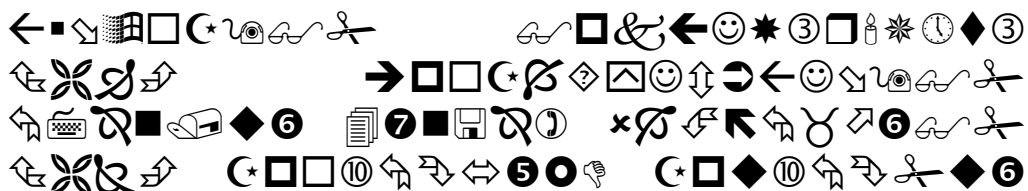
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan merupakan suatu kondisi yang pernah dialami oleh hampir semua orang, hanya tarafnya saja yang berbeda-beda tergantung pada bentuk reaksinya yaitu fisik bisa menjadikan individu tersebut gemeteran tidak menentu, keluarnya keringat dingin, dan jantung berdegub kencang. Selain reaksi fisik dalam kecemasan, kecemasan juga dapat menyebabkan gejala-gejala kecemasan.

Kecemasan memiliki dua gejala menurut Darajat yaitu gejala jasmaniyah dan gejala kejiwaan. Gejala jasmaniyah adanya gangguan pencernaan, kepala pusing, insomnia, cepatnya pukulan jantung, berkeringat berpercikan, dan ujung-ujungnya anggota dingin (kaki dan tangan). Gejala kejiwaan sangat kuat seraya akan terjadi serangan bahaya, tidak mampu memusatkan perhatian, selalu merasa akan terjadi kesuraman, kelemahan, kemurungan, hilang kepercayaan diri dan ketenangan, dan ingin lari dari suasana kehidupan.¹ Kecemasan dapat menjadi reaksi emosional yang normal di beberapa situasi, tetapi tidak di situasi lain. Kecemasan dan kekhawatiran yang ringan dapat menjadi sebuah motivasi. Kecemasan yang kuat dan negatif dapat menimbulkan gangguan fisik maupun psikis.²

Kecemasan dalam pandangan Islam sendiri telah diterangkan dalam QS. Al-Fajr ayat; 27-30:



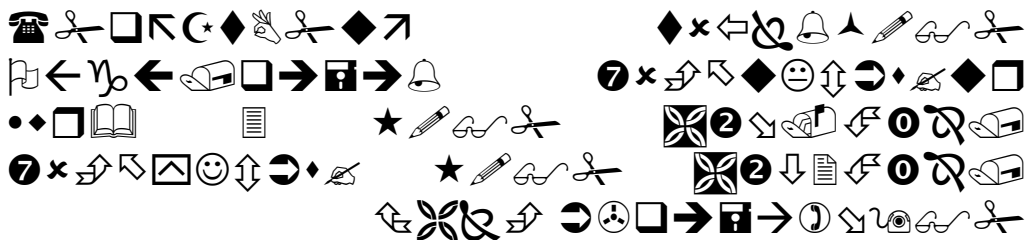
¹ Zakiyah Drajad, *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta; Gunung Agung, 1978), hlm. 29.

² Nur Amin Salah, Pengertian Kecemasan Menurut Para Ahli, diakses pada 12 desember 2018 pkl 10.53, <http://nuraminsaleh.blogspot.co.id/2013/01/pengertian-kecemasan-menurut-para-ahli.html>.



Artinya : Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya, maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku, masuklah ke dalam surga-Ku.³

Ibnu Al-Qayim mengatakan bahwa kecemasan ialah perasaan yang tidak disukai dalam hati dan perasaan yang berkaitan dengan suatu yang terjadi pada masa yang akan datang dan sumbernya cemas itu dari dalam hati kita.⁴ Allah berfirman dalam Al-Qur'an surat Ar-Ra'd ayat 28 :



Artinya : (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tentram.⁵

Al-Quran dan hadits telah membahas kajian hubungan dua variabel. Allah SWT berfirman sesuai dengan dukungan ini yang termaktub dalam surat al-Maidah aya 2 yang berbunyi :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَحِلُّوا شَعِيرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهَرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْفُلَيْدَ وَلَا ءَامِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامَ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ أَن صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ٢

Artinya : Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang had-ya, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi

³ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Fadhilah Terjemah dan Transliterasi Latin*, (Bandung: Sygma). Hlm. 593.

⁴ Ibnu Husain Syukail Abdullah, *Kesempitan Hati Tanda-Tanda Penyakit dan Solusi*, (Jakarta: Qisthi Press, 2004), hlm. 27.

⁵ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Fadhilah Terjemah dan Transliterasi Latin*, (Bandung: Sygma). Hlm. 252.

Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keredhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, Maka bolehlah berburu. dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidil haram, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya.⁶

Ayat di atas memperlihatkan bahwa Islam juga menganjurkan untuk saling tolong menolong dan berinteraksi sosial dengan yang lainnya, pondasi nilai sosial yang sangat baik tanpa harus membedakan ras, agama, atau aspek tertentu.

Penjelasan di atas adalah mengenai hubungan antara hamba atau sesama. Hubungan antara hamba atau sesama (interpersonal) akan menjadi baik pula dengan sikap saling peduli dan mendukung sesama dalam berbagai hal dan aspek sosial sehingga berdampak pada terciptanya kondisi psikologis yang positif. Terlebih pada saat persiapan menghadapi Tes Ujian Bahasa (Toefl dan Imka) yang banyak mengalami kecemasan fisiologis, emosional dan kognitif. Tentu saja hal tersebut menjadi salah satu acuan adanya hubungan positif, karena dukungan sosial tidak hanya mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa, tetapi dari hasil penelitian ini telah memberi gambaran jelas bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan cukup pengaruh pada tingkat kecemasan mahasiswa FDK angkatan 2016 yang akan menghadapi tes ujian bahasa, yaitu tingginya tingkat dukungan sosial teman sebaya dapat memberikan penurunan pada tingkat kecemasan mahasiswa.

Kecemasan dapat diringankan dengan rasa tenang, tentram, semangat dan dukungan dari teman-teman sebaya atau teman seperjuangan, baik diluar maupun didalam. Peran teman sebaya berupa motivasi, dukungan moril, spiritual maupun masukan-masukan lain yang dapat memberikan semangat untuk menghilangkan kecemasan. Pentingnya studi di dalam Islam kecemasan di alami setiap orang, data pendahuluan menunjukkan bahwa dari tahun ketahun ada

⁶ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Fadhilah Terjemah dan Transliterasi Latin*, (Bandung: Sygma). Hlm. 142-143.

peningkatan, Affandi menyebutkan bahwa tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa karena tidak kesiapan ujian. Data lain ditemukan problem kecemasan dialami oleh mahasiswa yang mengalami ujian tidak menguasai materi yang akan di ujikan. Problem-problem tersebut merupakan problem dakwah yang harus ditangani, salah satu cara untuk menangani kecemasan adalah dengan adanya dukungan sosial, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Tifani Khoirunnisa menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya terbukti secara empiris mengurangi tingkat kecemasan. Teman sebaya selalu mendukung dan memotivasi dalam hal positif.

Dukungan sosial teman sebaya yang memiliki kontribusi dalam usaha menurunkan kecemasan diantaranya dukungan sosial dari lingkungan terdekat seperti orang tua, saudara, dan teman. Fungsi salah satu teman sebaya menurut Santrock adalah sebagai penyedia sumber informasi di luar keluarga tentang dunia, seperti menerima umpan balik mengenai kemampuan yang dimiliki serta mempelajari tentang apa yang dilakukan itu kurang baik, sama baik, atau lebih baik dibandingkan teman sebayanya.⁷

Dukungan teman sebaya pada dasarnya adalah tindakan menolong yang diperoleh melalui hubungan interpersonal dan peran teman sebaya dalam penyesuaian sosial salah satunya berupa pemberian dukungan sosial.⁸ Hawadi dan Reni Akbar menjelaskan bahwa faktor dukungan sosial sangat penting dalam menentukan keberhasilan perkembangan sosial pada remaja. Manfaat penting yang dapat diperoleh individu dari dukungan sosial adalah tersedianya dukungan dari lingkungan yang bermanfaat dalam menghadapi suatu masalah. Seseorang remaja yang mendapatkan dukungan dari teman sebayanya akan memperoleh perhatian dan penghargaan ketika berhasil dalam menjalankan tugasnya, serta mendapatkan pertolongan apabila menemukan kesulitan-kesulitan, hal tersebut akan membangkitkan perasaan nyaman dan diterima,

⁷ Paundra Kartika Permata Sari dan Endang Sri Indrawati, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro", *Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi*, Volume 5(2,) April 2016, hlm. 4

⁸ Yettie, V. 2004. Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap perilaku asertif pada remaja awal. Diperoleh dari thesis.binus.ac.id/.../2011-2-01064-ps2001.htm.

sehingga memudahkan remaja dalam menelaah permasalahan yang dihadapi untuk selanjutnya menentukan langkah pemecahan yang tepat.⁹

Ketika remaja menghadapi masalah, dia mendapatkan dukungan dari teman sebayanya, diantaranya tersedianya teman yang dapat memberikan motivasi, mendengarkan keluh kesah, memberikan informasi yang diperlukan, diajak berdiskusi dan bertukar pikiran maka orang tersebut akan merasa lebih nyaman, merasa diperhatikan, serta merasa memiliki tempat untuk berbagai keluh kesah yang dialami sehingga dapat mengembangkan pemecahan masalah yang baik, terutama untuk proses menurunkan tingkat kecemasan.

Fenomena yang terjadi di Universitas Islam Negeri Semarang khususnya di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang ketika mahasiswa belum dapat menyelesaikan tugas akhirnya yang berupa skripsi. Salah satu faktor yang menyebabkannya yaitu adanya *Test of English as a Foreign Language* (TOEFL) dan *Ikhtibar mi'yar al kafaah fii al lughoh al 'arobiyyah* (IMKA). Banyak mahasiswa yang mengeluh akibat belum menyelesaikan tes tersebut dan imbasnya mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi tidak dapat lulus tepat waktu. Sebagian besar kecemasan saat menghadapi tes TOEFL dan IMKA yang dialami mahasiswa yaitu mereka merasa takut dan minder, tidak percaya diri, menyerah sebelum mencoba.

Melihat pentingnya kemampuan berbahasa di era global sekarang, UIN Walisongo Semarang mengharuskan mahasiswanya lulus tes bahasa karena UIN Walisongo Semarang sesuai dengan visi misinya ingin mencapai lulusan yang berorientasi riset masa depan, minimal mahasiswa tahu bahasa asing guna meningkatkan kemampuan berbahasa. Sudah tidak dipungkiri lagi bahwa zaman sekarang seseorang dapat mudah berkomunikasi dengan siapa saja bahkan ke penjuru dunia, untuk berkomunikasi baik dengan seseorang tentunya harus mempunyai skill bahasa yang baik, Syaikh Abdul alim Ibrahim mengungkapkan bahwa bahasa yaitu alat komunikasi antar manusia dan sarana untuk

⁹ Hawadi dan Reni Akbar, *Psikologi Perkembangan Anak Mengenai Sifat, Bakat, dan Kemampuan Anak*, (Jakarta:PT. Grasindo, 2006), hlm 4.

menyampaikan maksud satu sama lain, oleh karena itu bahasa memiliki fungsi umum sebagai alat komunikasi sosial.¹⁰

Peraturan wajib lulus (TOEFL) dan (IMKA) yang diterapkan UIN Walisongo Semenjak 2012 lalu, mengalami banyak perubahan. Keputusan dakam Rektor tentang Program Intensif Bahasa (PIB) untuk mahasiswa S1, pada Pasal 28 dan 29 menjelaskan bahwa sertifikat TOEFL dan IMKA merupakan syarat untuk mengikuti ujian Komprehensif, dengan standar kelulusan 400 untuk TOEFL dan 300 untuk IMKA. Namun, amendemen SK Rektor yang disahkan pada 10 Juni 2016, mengubah aturan TOEFL dan IMKA menjadi syarat Munaqosah.¹¹

Mahasiswa menginginkan kelulusan TOEFL dan IMKA tidak dijadikan sebagai syarat pengajuan sidang Munaqosah, karena sosialisasi yang dilakukan belum dapat menjangkau seluruh kalangan. Survei didapatkan 52% responden merasa kampus belum melakukan sosialisasi terkait TOEFL-IMKA, sedangkan 48% menyatakan kampus sudah melakukan sosialisasi, baik melalui buku panduan, secara langsung ataupun melalui lembaga kemahasiswaan. Selanjutnya, terhadap sosialisasi yang telah dilakukan pihak kampus, 85,3% responden menilai sosialisasi tersebut belum optimal. Hanya 10,7% yang menyatakan bahwa sosialisasi yang dilakukan kampus sudah optimal dan 4% menyatakan tidak optimal.

Banyak mahasiswa yang tidak mengetahui bahwasannya Pusat Pengembangan Bahasa UIN Walisongo tidak mematuhi aturan dan dapat dikatakan gagal dalam menjalankan aturan yang telah dibuatnya. Pada SK Rektor Tahun 2012 tentang PIB, pada Pasal 28 Ayat 5, 6 dan 7 serta Pasal 29 Ayat 5, 6 dan 7 dijelaskan, mahasiswa dapat melakukan tes TOEFL-IMKA paling lambat pada semester enam. Mahasiswa yang belum lulus pada tes pertama, diberi kesempatan satu kali untuk mengulang dalam jangka dua minggu

¹⁰ Azhar Arsyad, *Bahasa Arab dan Metode Pengajarannya*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 7.

¹¹ LPM IDEA, Selain Wajib TOEFL, Wajib IMKA di UIN Walisongo Juga Membuat Takut Mahasiswa, diakses pada 23 Juni 2018 pk1 09.53, <https://www.ideapers.com/2018/11/kontroversi-toefl-imka-uin-walisongo.html>.

untuk TOEFL dan satu minggu untuk IMKA. Jika mahasiswa belum mampu mencapai skor yang telah ditetapkan, mereka wajib untuk mengikuti kursus di PPB UIN Walisongo.

Perubahan dilakukan pada SK Rektor tahun 2016 pada pasal 25 dan 24.¹² Semula mahasiswa dijanjikan dapat mengulang tes ketika belum lulus dalam jangka satu hingga dua minggu, kini diperpanjang menjadi paling lambat satu bulan setelah tes pertama. Hal tersebut hanya sebatas aturan tertulis, tidak benar-benar terealisasi. Beberapa pembaruan aturan kembali dilakukan, salah satunya pada sistem pendaftaran online yang diberlakukan pada akhir tahun 2017, hal tersebut belum mampu mempersingkat waktu tunggu untuk mengikuti tes, waktu pelaksanaan tes juga menjadi permasalahan menahun, mahasiswa harus menunggu dan mengantri hingga berbulan-bulan untuk mengikuti satu kali tes.

Ada beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi tes, salah satu hasil penelitian yang mengalami kecemasan adalah mahasiswa, dalam skripsi yang diteliti oleh Heni Raudlatul Khusna menyebutkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecemasan dikarenakan hatinya tidak merasa aman, tenang, malu, takut, terancam, konflik batin, tegang, tidak berdaya, dan segan bertemu dengan orang lain, demikian pula mahasiswa UIN Walisongo khususnya FDK UIN Walisongo Semarang mengeluh karena terkendala kelulusan TOEFL dan IMKA hingga melampaui delapan semester bahkan ada yang mengikuti les, tes percepatan tapi semua itu tidak menjamin lulus, wajar apabila banyak mahasiswa merasa resah atau cemas terkait wajib lulus TOEFL-IMKA. Kecemasan yang dialami mahasiswa menjadi aspek penting bagi penulis untuk melakukan survei, terkait problem TOEFL-IMKA, UIN Walisongo Semarang mewajibkan mahasiswa memiliki sertifikat TOEFL-IMKA menjadi faktor penghambat mahasiswa lulus tepat waktu. Mahasiswa merasa cemas jika tidak lulus dalam ujian TOEFL-IMKA karena materi ujian yang cukup sulit. Perasaan cemas selalu membayangi para mahasiswa yang akan menghadapi tes bahasa

¹² LPM IDEA, Kontroversi Program Intensif Bahasa (TOEFL/IMKA) UIN Walisongo Semarang, diakses pada 23 Juni 2018 pk1 09.53, <https://www.ideapers.com/2018/11/kontroversi-toefl-imka-uin-walisongo.html>.

karena setiap mahasiswa yang akan mengikuti tes merasa takut akan gagal lulus dan harus mengikuti tes lagi.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis bermaksud melakukan penelitian dan mengangkat judul skripsi: “Pengaruh Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Tes Bahasa (IMKA dan TOEFL) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adakah pengaruh dukungan sosial teman sebaya dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tes bahasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk ada tidaknya pengaruh dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan mahasiswa dalam menghadapi test bahasa (TOEFL dan IMKA) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi mahasiswa UIN Walisongo Semarang. Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat penelitian secara teoretik untuk sumbangan pemikiran dan memperkaya wawasan pengetahuan bagi keilmuan Bimbingan dan Penyuluhan Islam mengenai hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan dalam menghadapi test bahasa.
2. Manfaat praktis penelitian ini yaitu sebagai acuan bagi para mahasiswa UIN Walisongo khususnya Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dan pengelola Pusat Pengembangan Bahasa supaya menyadari arti pengaruh dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebayanya, sehingga dapat berguna dan membantu bagi para mahasiswa mengenai tingkat kecemasannya.

D. Tinjauan Pustaka

Penelitian seputar topik tersebut di atas telah banyak dilakukan oleh para peneliti namun demikian penelitian-penelitian tersebut tidak sebenarnya sama apa yang peneliti lakukan diantara penelitian-penelitian tersebut adalah sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Yusnia Pratiwi pada tahun 2015, yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kualitas Hidup Lanjut Usia di Pusat Santunan Keluarga (PUSAKA) Kecamatan Pancoran Jakarta Selatan”. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Fokus dari tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kualitas hidup lanjut usia. Hasil penelitian ini diperoleh berdasarkan F-Test di dapatkan nilai signifikansinya 0,000 dimana angka tersebut lebih kecil dari 0,05 ini berarti variabel dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap variable kualitas hidup lanjut usia. Berdasarkan hasil *Adjusted R Square* (R^2) sebesar 42,8 % artinya variabel dukungan sosial mempunyai pengaruh terhadap variable kualitas hidup lanjut usia sebesar 42,8% sedangkan sisanya sebesar 57,2% dipengaruhi atau dijelaskan oleh variable lain di luar variabel penelitian.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Faradina Khoirunnisa, Fauziyah, dan Jati Arianti pada tahun 2015, yang berjudul “Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa S1 Tingkat Akhir”. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 tingkat akhir Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Pengumpulan data menggunakan dua buah skala psikologi yaitu skala dukungan sosial teman sebaya (26 butir valid, $\alpha = 0,9040$ dan skala Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (26 butir valid, $\alpha = 0,886$). Metode analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy} = -0,537$ dengan $p < 0,001$) yang berarti terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 28,9% terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Setiawan Andy Nugroho pada tahun 2015, yang berjudul “Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Agresivitas Siswa MAN Yogyakarta III”. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian

ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana dukungan sosial teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku agresif siswa. Penelitian ini dilaksanakan dalam bentuk penelitian lapangan. Buku yang dijadikan pedoman utama adalah (1) *Emotional Behavior*, karangan Leonard Berkowich. (2) *Psikologi Sosial*, karangan George Boeree. Pengumpulan data dilakukan dengan metode interview, observasi, dan angket. Analisis data kuantitatif secara *descriptive statistic*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh dari variable dukungan sosial teman sebaya terhadap variable agresivitas siswa adalah sebesar 31,6%. Sehingga dapat diartikan bahwa dukungan sosial teman sebaya mempengaruhi agresivitas siswa MAN Yogyakarta III.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Rizky Rachmawati pada tahun 2013, yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Memperoleh Pasangan Hidup Pada Wanita”. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan memperoleh pasangan hidup pada wanita. Hasil analisis *product moment* r_{xy} sebesar -0,457 dengan $p < 0,01$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan memperoleh pasangan hidup pada wanita. Peranan atau sumbangan efektif dukungan sosial terhadap kecemasan memperoleh pasangan hidup sebesar 20,8% ditunjukkan oleh koefisien determinan r^2 sebesar 0,208. Hal ini berarti masih terdapat 79,2% variabel lain yang berpengaruh terhadap kecemasan memperoleh pasangan hidup selain dukungan sosial. Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa subyek penelitian ini memiliki tingkat dukungan sosial yang tergolong tinggi dengan rata-rata empirik sebesar 110,17 dan rata-rata hipotetik sebesar 87,5 sedangkan tingkat kecemasan memperoleh pasangan hidup pada subyek tergolong sedang dengan rata-rata empirik sebesar 52,87 dan rata-rata hipotetik sebesar 60.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Putu Surya Parama Putra dan Luh Kadek Pande Ary Susilawati pada tahun 2018, yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dan *Self Efficacy* dengan Tingkat Stres pada Perawat di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah”. Jenis penelitian ini menggunakan metode

penelitian kuantitatif dengan analisis regresi berganda. Hasil penelitian memperlihatkan nilai $F=86,426$ dengan $\text{sig}=0,000$. Terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres, serta terdapat hubungan negatif antara *self efficacy* dengan tingkat stres. Berdasarkan hasil regresi berganda didapatkan hasil, bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan *self efficacy*, maka semakin rendah tingkat stres yang dialami.

Dari beberapa literatur di atas memiliki persamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu mengenai tema yang diteliti, sama-sama meneliti tentang Pengaruh Hubungan Dukungan Sosial, perbedaannya yaitu mengenai objek dan tempat yang diteliti. Penelitian yang akan peneliti lakukan lebih fokus ke Pengaruh Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan dalam Menghadapi Tes Bahasa (IMKA dan TOEFL).

Penelitian diatas yang telah disebutkan adanya penelitian dengan tema yang serupa dengan penelitian yang peneliti lakukan, mengingat subjek, objek dan tempat penelitian yang berbeda, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Tes Bahasa (IMKA dan TOEFL) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

E. Sistematika Penulisan

Penulis menyusun kerangka penelitian secara sistematis untuk mempermudah dalam memahami gambaran tentang isi penelitian. Isi kerangka tersebut antara lain, Sistematika penulisan dibagi menjadi tiga bagian, yaitu: bagian awal, bagian utama, dan bagian akhir.

Bagian awal terdiri dari halaman sampul, halaman judul, halaman persetujuan pembimbing, halaman pengesahan, halaman pernyataan, kata pengantar, halaman persembahan, motto, abstraksi, pedoman transliterasi daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, daftar lampiran. Bagian utama terdiri dari: bab pertama pendahuluan, terdiri tentang, latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, dan sistematika penulisan.

Bab kedua kerangka teoretik, mencakup deskripsi teoretik dari masing-masing variabel, yaitu pengaruh dukungan sosial teman sebaya dalam menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi tes bahasa.

Bab ketiga metodologi penelitian, terdiri dari jenis dan Pendekatan Penelitian, waktu dan tempat penelitian, definisi operasional variabel, sumber dan jenis data, populasi dan sampel, subjek penelitian, teknik pengumpulan data, validitas dan reabilitas data, rancangan eksperimen, metode analisis data.

Bab keempat gambaran umum, profil Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo, VISI dan MISI Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) UIN Walisongo, struktur organisasi, sarana Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK).

Bab kelima, bab ini terdiri dari hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian. Bagian ini berisi tentang analisis data penelitian dan pembahasan.

Bab keenam penutup, terdiri dari simpulan, saran-saran, penutup dan dilengkapi dengan daftar pustaka, lampiran-lampiran dan biodata peneli

BAB II

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA, KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENGHADAPI TES BAHASA, DAN HIPOTESIS

A. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya

1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya

Sebelumnya penulis akan menjelaskan tentang pengertian dukungan sosial. Untuk menjelaskan tentang dukungan sosial menurut Rook mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dan ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.¹³

Cobb (dalam Wahyuni, 2016) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan sebuah kondisi psikologis individu mengenai keamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diperoleh dari bantuan atau dukungan orang lain maupun masyarakat. Wills mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain. Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah dan bantuan tersebut dirasakan dapat menaikkan perasaan positif serta

¹³ Fani Kumalasari dan Latifah Nur Ahyani, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan", Jurnal Ilmiah, Vol. 1, No.1, (2012)

meningkar harga diri. Kondisi atau keadaan psikologis ini dapat mempengaruhi respon-respon dan perilaku individu sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan individu secara umum.¹⁴

Pengertian di atas menunjukkan bahwa segala sesuatu yang ada di lingkungan dapat menjadi dukungan sosial atau tidak tergantung pada sejauhmana individu merasakan hal itu sebagai dukungan sosial. Senada pendapat tersebut, Cobb (dalam Maslihah, 2011) menyatakan, setiap informasi apapun dari lingkungan sosial yang menimbulkan persepsi individu bahwa individu menerima efek positif, penegasan, atau bantuan menandakan suatu ungkapan dari adanya dukungan sosial. Adanya perasaan didukung oleh lingkungan membuat segala sesuatu menjadi lebih mudah terutama pada waktu menghadapi peristiwa yang menekan. Cobb (dalam jurnal Sri Maslihah 2011) menekankan orientasi subyektif yang memperlihatkan bahwa dukungan sosial terdiri atas informasi yang menuntun orang meyakini bahwa ia diurus dan disayangi.¹⁵ Dari pengertian-pengertian di atas bahwa dukungan sosial dapat disimpulkan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diperoleh seseorang dari interaksi dengan orang lain.

Teman sebaya dalam masa remaja adalah sekelompok individu yang terdiri dari beberapa anggota remaja yang kira-kira berumur sama, dan mulai menyadari akan hubungan sosial dan tekanan sosial dari teman-teman sebayanya. Pada masa remaja ini, mereka juga mulai melepaskan diri dari ketergantungan pada orang tuanya dan mulai melakukan proses sosialisasi dengan dunia yang lebih luas. Ada beberapa hal pribadi menurut Mappiare yang dapat membuat seseorang atau individu diterima di dalam kelompok teman sebaya yaitu penampilan, kemampuan pikir, sikap, sifat, perasaan dan pribadi.

¹⁴ Nini Sri Wahyuni, "Hubungan Dukungan Sosial dengan Kemampuan Bersosialisasi pada Siswa SMK Negeri 3 Medan", *Jurnal Ilmiah Diversita Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*, Volume 2 No. 2, Desember 2016, hlm. 7.

¹⁵ Sri Maslihah, *Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT ASSYFA Boarding School Subang Jawa Barat*, *Jurnal Ilmiah Jurusan Psikologi Undip*, Volume 10 No. 2, Oktober 2011.

Teman sebaya menurut Santrock yaitu sekumpulan anak-anak atau remaja dengan tingkat usia atau tingkat kedewasaan sama. Remaja akan menerima umpan balik dari teman sebayanya mengenai kemampuan-kemampuan mereka. mereka belajar tentang apakah yang mereka lakukan lebih baik, sama baiknya atau bahkan lebih buruk dari apa yang dilakukan pada remaja lainnya.¹⁶ Teman sebaya merupakan faktor penting dalam kehidupan remaja. Karena remaja menganggap bahwa teman-teman sebaya lebih dapat memahami keinginannya. Oleh sebab itu remaja ingin menghabiskan waktu dengan teman sebagai kelompok.¹⁷

Seorang tokoh yang bernama Mappiare secara gradual remaja meninggalkan rumah dan bergaul secara luas dalam lingkungan sosial. Pergaulan meluas melalui terbentuknya kelompok teman sebaya sebagai suatu wadah penyesuaian. Selanjutnya, ia juga mengemukakan bahwa teman sebaya adalah kelompok sosial yang terdiri dari unsur status yang sama pada kategori yang dimiliki dan mempunyai kecenderungan pada nilai-nilai namun tidak ada peraturan resmi.¹⁸ Morrish menyatakan bahwa kelompok teman sebaya adalah sekelompok yang terdiri atas jumlah individu yang mempunyai persamaan. Persamaan yang penting terutama terdiri dari persamaan usia dan status sosialnya.¹⁹

2. Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya

Terdapat empat bentuk dukungan sosial menurut Hardjana, pertama Dukungan emosional (*Emotional Support*) adalah berupa ungkapan perhatian, simpati dan keprihatinan. Dukungan emosional membuat orang yang menerimanya merasa dipahami, diterima keberadaan dan keadaannya. Kedua, dukungan penghargaan (*Esteem Support*) adalah terjadi lewat ungkapan hormat penghargaan positif untuk individu,

¹⁶ John W Santrock, *Adolescence: Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 558.

¹⁷ Elizabeth Bargner Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, edisi kelima, (Jakarta: Erlangga, 1991), hlm. 231.

¹⁸ Andi Mappiare, *Psikologi Remaja*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1982), hlm. 157

¹⁹ John W Santrock, *Adolescence: Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 221.

dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif individu dengan individu yang lain, seperti perbedaan dengan orang-orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya. Jenis dukungan ini dapat meningkatkan penghargaan diri. Ketiga dukungan instrumental (*Tangible or Instrumental Support*) merupakan dukungan yang berupa bantuan langsung, baik berupa benda maupun tenaga. Dukungan instrumental dapat membuat orang menjadi lebih siap menghadapi sesuatu. Keempat dukungan informasi (*Informational Support*) Dukungan ini meliputi pemberian penjelasan, nasehat, penghargaan dan saran. Dukungan ini dapat memberi arah bertindak dan inspirasi dalam menghadapi sesuatu.²⁰

Ada lima jenis dukungan sosial teman sebaya menurut House yaitu, pertama dukungan Emosional (*Emotional Support*) Bentuk bantuan yang memberikan dorongan untuk memberikan kehangatan dan kasih sayang, memberikan perhatian, percaya terhadap individu serta pengungkapan simpati.²¹

Kedua dukungan Penghargaan (*Esteem Support*) Dapat diberikan melalui penghargaan atau penilaian positif kepada orang lain, dorongan maju dan semangat atau persetujuan mengenai ide atau pendapat orang lain serta melakukan perbandingan secara positif terhadap orang lain. Dukungan penghargaan membantu individu dalam menumbuhkan rasa kepercayaan diri pada individu yang mengalami tekanan, dan merasa dihargai.

Ketiga dukungan Instrumental (*Tangible or Instrumental Support*) Mencakup bantuan langsung sesuai apa yang dibutuhkan individu, seperti memberikan pinjaman uang atau menolong langsung ketika mengalami stres. Keempat dukungan Informasi (*Informational Support*) Mencakup pemberian bantuan berupa nasihat, petunjuk, ataupun umpan balik yang

²⁰ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1994), hlm. 83-84.

²¹ Edward P. Sarafino, *Health Psychology Biopsychosocial Interaction*, (USA: John Wiley and Sons), hlm. 74.

didapatkan dari orang lain, sehingga individu dapat mencari penyelesaian dari suatu masalah atau tekanan yang dihadapi.²² Kelima dukungan Jaringan Sosial (*Network Support*) jenis dukungan ini diberikan dengan cara membuat kondisi agar seseorang menjadi bagian dari suatu kelompok yang memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial. Kelima, Dukungan jaringan sosial juga disebut sebagai dukungan persahabatan (*Companioship Support*) yang merupakan suatu interaksi sosial yang positif dengan orang lain, yang memungkinkan individu lain dalam suatu aktivitas sosial maupun hiburan.²³

Berdasarkan uraian di atas bentuk-bentuk dukungan sosial mencakup dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif, dukungan jaringan sosial. Bentuk dukungan sosial ini akan digunakan untuk menyusun skala dukungan sosial teman sebaya.

3. Komponen Dukungan Sosial Teman Sebaya

Weiss mengemukakan adanya enam komponen dukungan sosial yang disebut *The Social Provision Scale* dimana masing-masing komponen dapat berdiri sendiri, namun satu sama lain saling berhubungan. Adapun komponen tersebut antara lain :

1) *Instrumental Support*

Pertama, *Reliable Alliance* (Ketergantungan Yang diandalkan) Dalam dukungan sosial ini, individu mendapat jaminan bahwa ada individu lain yang dapat diandalkan bantuannya ketika individu membutuhkan bantuan, bantuan tersebut sifatnya nyata dan langsung. Individu yang menerima bantuan ini akan merasa tenang karena individu menyadari ada individu lain yang dapat diandalkan untuk menolongnya bila individu mengalami masalah dan kesulitan. Kedua, *Guidance* (Bimbingan) Dukungan sosial ini berupa nasehat, saran dan

²² Bart Smet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT. Grasindo, 1994), hlm. 136.

²³ Edward P.Sarafino, *Health Psychology Biopsychosocial Interaction*, (USA: John Wiley and Sons), hlm.77.

informasi yang diperlukan dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang dihadapi. Dukungan ini juga dapat berupa feedback (umpan balik) atas sesuatu yang telah dilakukan individu.

2) *Emotional Support*

Pertama, *Reassurance of Worth* (Pengakuan Positif) dukungan sosial ini berbentuk pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan kualitas individu. Dukungan ini akan membuat individu merasa dirinya diterima dan dihargai. Kedua, *Emotional Attachment* (Kedekatan Emosional) dukungan sosial ini berupa pengekspresian dari kasih sayang, cinta, perhatian dan kepercayaan yang diterima individu, yang dapat memberikan rasa aman kepada individu yang menerima. Ketiga, *Social Integration* (Integrasi Sosial) dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan memiliki suatu kelompok yang memungkinkannya untuk berbagi minat, perhatian serta melakukan kegiatan secara bersama-sama. Dukungan semacam ini memungkinkan individu mendapatkan rasa aman, nyaman serta merasa memiliki dan dimiliki dalam kelompok yang memiliki persamaan minat. Keempat, *Opportunity to Provide Nurturance* (Kesempatan Untuk Mengasuh) suatu aspek penting dalam hubungan interpersonal adalah perasaan dibutuhkan oleh orang lain. Dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan bahwa orang lain tergantung padanya untuk memperoleh kesejahteraan.²⁴

Dukungan sosial memiliki dua komponen menurut Heller, pertama transaksi interpersonal yang berhubungan dengan kecemasan yaitu komponen ini berhubungan dengan kecemasan, mengacu pada adanya seseorang yang memberikan bantuan untuk memecahkan masalah dengan menyediakan informasi untuk menjelaskan situasi yang berhubungan dengan kecemasan.

²⁴ Amie Ristianti, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja SMA Pusaka 1 Jakarta*, Jurnal Ilmiah fakultas psikologi Universitas Gunadarma.

Kedua penilaian yang mempertinggi penghargaan yaitu komponen penilaian ini mengacu pada penilaian seseorang terhadap pandangan orang lain kepada dirinya. Seseorang menilai seksama evaluasi seseorang terhadap dirinya dan percaya dirinya berharga bagi orang lain. Tindakan orang lain yang menyokong harga diri seseorang, semangat juang dan kehidupan yang lebih baik.²⁵

Berdasarkan pemaparan di atas ada beberapa komponen dukungan sosial teman sebaya. Komponen kedekatan emosional dan integrasi yang berhubungan sehingga akan menimbulkan rasa aman serta dapat berbagi satu sama lain.

4. Ciri Kelompok Dukungan Sosial Teman Sebaya

Kelompok dukungan sosial teman sebaya memiliki tiga ciri-ciri kelompok, pertama tidak mempunyai struktur organisasi yang jelas, karena kelompok teman sebaya bersifat spontan, anggota kelompok mempunyai kedudukan yang sama, tetapi ada satu diantara anggota kelompok yang dianggap sebagai pemimpin. Kedua bersifat sementara, karena tidak ada struktur yang jelas dan terbentuk secara spontan, maka kelompok ini tidak bertahan lama, kalau ada anggota yang merasa keinginannya tidak cocok dan tercapai maka ia akan memisahkan dari kelompok tersebut. Ketiga anggotanya adalah individu sebaya, kelompok ini terbentuk karena adanya kesamaan pendapat, umur dan kedewasaan.²⁶

5. Indikator Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial teman sebaya menurut Park Butges mengemukakan indikator kelompok teman sebaya yang di dalam penelitian ini dijadikan salah satu variabel. Antara lain: Pertama, kerja sama sangat diperlukan karena dengan adanya gotong royong atau kerja sama akan lebih mudah melaksanakan kegiatan yang sedang dilakukan adanya tukar pikir antara individu yang akan memunculkan berbagai ide atau jalan keluar dalam

²⁵ Zainudin Sri Kuntjoro. Dukungan Sosial pada Lansia, diakses pada 23 Juni 2018 pkl 12.10, <http://www.e-psikologi.com>.

²⁶ Slamet Santosa, *Dinamika Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), hlm. 81.

pemecahan masalah serta menunjang kekompakan. Kedua, persaingan adalah suatu perjuangan yang dilakukan perorangan atau kelompok sosial tertentu agar memperoleh kemenangan atau hasil secara kompetitif tanpa menimbulkan ancaman atau benturan fisik. Ketiga, pertentangan suatu bentuk interaksi sosial ketika individu atau kelompok dapat mencapai tujuan sehingga individu atau kelompok lain hancur.²⁷

B. Kecemasan dalam Menghadapi Tes

1. Pengertian Kecemasan

Cemas (*anxiety*) atau kecemasan dalam kamus umum bahasa indonesia diartikan dengan “tidak tentram dihati” (karena takut, khawatir) hati merasa gelisah (takut, khawatir) dan kecemasan; perihal cemas yang diungkapkan tidak beralasan.²⁸ Dalam kamus psikologi, kecemasan adalah suatu keadaan emosi yang kronis dan kompleks dengan keterperangkapan dan rasa takut sebagai unsurnya yang menonjol khususnya pada berbagai gangguan saraf dan mental.²⁹

Kecemasan yaitu suatu perasaan takut yang terkadang di alami seseorang maupun diri kita alami dan tingkatannya tidak sama yang membuat seseorang yang mengalami emosi tersebut menjadi sensitif.³⁰ Hanna Djumhana mendefinisikan Kecemasan adalah rasa ketakutan pada hal-hal yang belum pernah di alami dan rasa cemas itu sebenarnya diciptakan oleh diri kita sendiri, yang ditandai adanya rasa kekhawatiran dan rasa takut yang belum terjadi.³¹

Kecemasan menurut Freud adalah suatu keadaan perasaan efektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan yang tidak menyenangkan itu sering kabur dan sulit menunjuk dengan tepat,

²⁷ Slamet Santosa, *Dinamika Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), hlm. 23.

²⁸ WJS. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, hlm, 1036.

²⁹ James Drever, *Kamus Psikologi, terjemahan Nancy Simanjuntak*, (Jakarta: Bina Aksara, 1988), hlm. 19.

³⁰ Rita L. Atkinson, *Pengantar Psikologi*, ed 8, (Jakarta: Erlangga, 1996), hlm. 212.

³¹ Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2001), hlm. 156

tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan, di lihat dari pendekatan belajar pengertian kecemasan adalah suatu respons ketakutan yang terkondisi secara klasik dan gangguan-gangguan kecemasan terjadi bila respons ketakutan itu diasosiasikan dengan suatu stimulus yang seharusnya tidak menimbulkan kecemasan.³²

Herdiani dalam penelitiannya memaparkan bahwa terhambatnya pengerjaan tugas akhir dapat menimbulkan cemas pada mahasiswa. Kecemasan yang dialami membuat mereka merasa tertekan dan kesulitan menghadapi masalah-masalah dalam proses pengerjaan tugas akhir. Ciri-ciri yang nampak dari kecemasan mahasiswa adalah timbulnya perasaan tidak menyenangkan kemudian secara sadar mahasiswa merasakan ketegangan dan ketakutan serta meningkatnya saraf otonom ketika memikirkan tugas akhir sehingga mahasiswa memilih untuk enggan mengerjakan tugas akhir.³³ Jadi, penelitian ini dimaksudkan untuk kecemasan yang di alami para mahasiswa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang dalam menghadapi test bahasa (TOEFL dan IMKA).

2. Tingkat Kecemasan

Ada empat tingkat kecemasan menurut Peplau yang dialami oleh individu yaitu, pertama kecemasan ringan (*mild anxiety*) yaitu dihubungkan dengan ketegangan yang dialami sehari-hari. Individu masih waspada serta lapang persepsinya meluas, menajamkan indra. Dapat memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara efektif dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas. Misalnya : Seseorang yang menghadapi ujian akhir, pasangan dewasa yang akan memasuki jenjang pernikahan, individu yang akan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, individu yang tiba-tiba di kejar anjing menggonggong.

³² Yustinus Semiun, *Teori Kepribadian & Terapi Psikoanalitik Freud*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006), hlm. 87

³³ Hendriani, "Pengaruh Expressive Writing pada Kecemasan menyelesaikan skripsi", *Jurnal Mahasiswa Universitas Surabaya*, Volume 1 No.1, (2012).

Kedua, kecemasan sedang (*moderate anxiety*) yaitu Individu terfokus hanya pada pikiran yang menjadi perhatiannya, terjadi penyempitan lapangan persepsi, masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain. Misalnya : pasangan suami istri yang menghadapi kelahiran bayi pertama dengan resiko tinggi, keluarga yang menghadapi perpecahan (berantakan), individu yang mengalami konflik dalam pekerjaan.

Ketiga, kecemasan berat (*severe anxiety*) yaitu lapangan persepsi individu sangat sempit. Pusat perhatiannya pada detail yang kecil (spesifik) dan tidak dapat berfikir tentang hal-hal lain. Seluruh perilaku dimaksudkan untuk mengurangi kecemasan dan perlu banyak perintah/arahan untuk terfokus pada area lain. Misalnya : individu yang mengalami kehilangan harta benda dan orang yang dicintai karena bencana alam, individu dalam penyanderaan.

Keempat, panik yaitu individu kehilangan kendali diri dan detail perhatian hilang, karena hilangnya control, maka tidak mampu melakukan apapun meskipun dengan perintah. Terjadi peningkatan aktivitas motorik, berkurangnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, penyimpangan persepsi dan hilangnya pikiran rasional, tidak mampu berfungsi secara efektif. Biasanya disertai dengan disorganisasi kepribadian. Misalnya individu dengan kepribadian pecah / depersonalisasi.³⁴

Cameron menyatakan bahwa kecemasan dapat terjadi dalam berbagai intensitas, yaitu pertama, *Chronic Anxiety Reaction* (Raksi Kecemasan Kronis) Kecemasan ini terjadi dalam intensitas yang rendah, individu tidak mengetahui dari mana atau apa penyebab kecemasannya. Hal ini berlangsung secara terus menerus atau pada suatu jangka waktu yang cukup lama. Kedua, *Anxiety Reaction* (Reaksi Kecemasan) Kecemasan ini terjadi dalam intensitas yang takut disertai oleh perubahan

³⁴ Suliswati, dkk, *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*, (Jakarta: Encourage Creativity, 2005) Hlm. 48.

pada alat-alat tubuh seperti adanya gangguan pada alat pernafasan. Ketiga, *Panic Reaction* (Reaksi Panik) Kecemasan ini terjadi dalam intensitas yang merupakan keadaan serangan kecemasan yang maksimal. Ketegangan yang dirasakan individu begitu kuatnya sehingga dapat bertindak agresif, maka kadang-kadang ada keinginan untuk bunuh diri, kesadaraan akan dirinya begitu menurun sehingga tidak memperhatikan lagi kepentingan dirinya sendiri. Reaksi panik dapat pula menyerupai manifestasi psikotik dimana ego mengalami yang disertai delusi dan halusinasi.³⁵

3. Penyebab Kecemasan

Ada dua Kecemasan secara garis besar yang ditimbulkan. *Pertama* perasaan cemas yang terjadi diluar dari kesadaran dan tidak mampu menghindari dari perasaan yang tidak menyenangkan. *Kedua* rasa cemas yang timbul dari apa yang ada pada diri sendiri seperti rasa bersalah atau berdosa, takut, terkejut dan rasa terancam.³⁶

Manusai memiliki hati dan pikiran dan sebab itu manusai mempunyai rasa cemas atau gelisah. Kegelisahan muncul disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan hidup, rasa individualistis dan rasa egois, persaingan dalam hidup, dan keadaan yang tidak stabil.³⁷ Adler dan Rodman, menyatakan terdapat dua faktor yang menyebabkan kecemasan, diantaranya:

1) Pikiran yang tidak rasional

Para pakar psikolog memperdebatkan bahwa kecemasan terjadi bukan karena suatu kejadian, melainkan kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menejadi penyebab kecemasan. Elis, memberi daftar kepercayaan atau keyakinan kecemasan sebagai contoh

³⁵ Trismiati, “Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Pria dan Wanita Akseptor Kontrasepsi Mantap di Rsup Dr. Sarjito Yogyakarta”, Jurnal Universitas Bina Dharma.

³⁶ Prasetyono Dwi Sunar, *Metode Mengatasi Cemas dan Depresi*, (Yogyakarta: ORYZA, 2007) Hlm, 12.

³⁷ M. Munandar Sulaeman, *Suatu Pengantar Ilmu Budaya Dasar*, (Bandung: PT Refika Aditama, 1998), hlm. 80.

dari pikiran tidak rasional yang disebut sebuah pikiran yang keliru, yaitu:

- a. Generalisasi yang tidak tepat adalah keadaan ini memberi istilah generalisasi yang berlebihan. Hal ini terjadi pada orang yang mempunyai sedikit pengalaman.
- b. Kegagalan Katastropik adalah asumsi dari diri individu bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Individu mengalami kecemasan dan perasaan ketidakmampuan serta tidak sanggup mengatasi permasalahan.
- c. Kesempurnaan adalah setiap individu menginginkan kesempurnaan. Individu ini mengharapkan dirinya berperilaku sempurna dan tidak ada cacat. Ukuran kesempurnaan dijadikan target dan sumber inspirasi bagi individu tersebut.
- d. Persetujuan adalah adanya keyakinan yang salah didasarkan pada ide bahwa terdapat hal virtual yang tidak hanya diinginkan, tetapi juga untuk mencapai persetujuan dari sesama teman.

2) Pengalaman negatif di masa lalu

Apabila individu menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan, pengalaman ini merupakan hal yang tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang. Misalnya pernah gagal dalam tes, hal tersebut merupakan pengalaman umum yang membuat cemas mahasiswa dalam menyelesaikan tes bahasa.³⁸

Deffenbacher dan Hazaleus mengemukakan bahwa sumber penyebab kecemasan, meliputi hal-hal di bawah ini: pertama, kekhawatiran (*worry*) merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelek dibandingkan dengan teman-temannya. Kedua, emosionalitas (*emotionality*) sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-

³⁸ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruuz Media, 2010), hlm. 145-147.

debar, keringat dingin, dan tegang. Ketiga, gangguan dan hambatan menyelesaikan tugas (*task generated interference*) merupakan kecenderungan yang dialami seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.³⁹

4. Reaksi yang ditimbulkan Kecemasan

Calhoun dan Acocella mengemukakan kecemasan dapat dikelompokkan dalam tiga bentuk reaksi: pertama, reaksi emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan. Individu merasakan keprihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri atau orang lain. Kedua, reaksi kognitif, yaitu ketakutan dan kekawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berpikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya. Ketiga, reaksi fisiologis, yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan sistem syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat, dan tekanan darah meningkat.⁴⁰ Dari penjelasan mengenai reaksi yang ditimbulkan oleh kecemasan, dapat disimpulkan bahwa reaksi yang ditimbulkan adalah reaksi emosional, kognitif, dan fisiologis yang tampak pada seseorang ketika mengalami situasi yang dianggap berbahaya.

5. Upaya Mengatasi Kecemasan

1) Mengenali Kecemasan

Mengenali yang dimaksud yakni mengenali tentang penyebab dan munculnya rasa cemas. Kecemasan timbul tanpa disadari sehingga seseorang tidak dapat dikenali ketika pikiran negatif memenuhi benak seseorang yang dapat merubah perasaan hingga perilaku seseorang.⁴¹

³⁹ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruuz Media, 2010), hlm. 141.

⁴⁰ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hlm. 55-56.

⁴¹ Frank Tallis, *Mengatasi Rasa Cemas*, terj. Meitasari Tjandrasa, (Jakarta: Arcan, 1991), hlm. 30-31.

2) Mengaku dan Mengungkapkan Perasaan Cemas

Mengaku ataupun mengungkapkan dengan cara menulis di buku harian ataupun sharing dengan orang terdekat.⁴²

3) Berpikir Positif

Berpikir positif yaitu jika rasa cemas tersebut telah dikenali karena adanya pikiran negatif, hendaknya segera mungkin menggantikannya dengan pikiran yang lebih realistis dan positif karena pikiran dapat mempengaruhi perasaan.⁴³

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa cara mengatasi kecemasan menurut Frank Tallis ada tiga, yaitu mengenali kecemasan, mengaku dan mengungkapkan perasaan cemas, dan berpikir positif.

C. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Tes Bahasa

Adanya hubungan ini dapat diartikan bahwa dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan pada mahasiswa saling berkaitan. Menurut sudut pandang psikologi perkembangan, Papalia menjelaskan bahwa remaja mulai lebih mengandalkan teman dibandingkan orang tua untuk mendapatkan kedekatan dan dukungan serta mereka lebih dapat berbagi rahasia dibandingkan dengan orang-orang yang lebih muda dengan teman mereka. Kapasitas untuk membangun kedekatan berhubungan dengan penyesuaian diri psikologis dan kompetensi sosial. Remaja memiliki pertemanan yang dekat, stabil, dan mendukung umumnya memiliki pandangan yang baik tentang diri mereka sendiri, menjalani pendidikan dengan baik, bergaul, serta memiliki kemungkinan yang kecil untuk menjadi kasar, cemas atau depresi.⁴⁴ Dalam rentang kehidupan manusia, masa yang rentan terhadap kecemasan dan stres adalah masa remaja. Dalam menghadapi situasi yang penuh dengan kecemasan, stres atau tekanan,

⁴² Frank Tallis, *Mengatasi Rasa Cemas*, terj. Meitasari Tjandrasa, (Jakarta: Arcan, 1991), hlm. 32

⁴³ Frank Tallis, *Mengatasi Rasa Cemas*, terj. Meitasari Tjandrasa, (Jakarta: Arcan, 1991), hlm. 85

⁴⁴ Papalia Olds Feldman, *Human Development*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2009), hlm. 96.

remaja membutuhkan dukungan sosial yang didapatkan dari lingkungan sosialnya sebagai sumber kasih sayang, simpati, pengertian dan tuntunan moral; tempat untuk melakukan eksperimen; serta sarana untuk mencapai otonomi dan kemandirian dari orang tua.⁴⁵

Kecemasan merupakan problem dakwah, Islam menempatkan dukungan sosial itu sebagai salah satu upaya untuk memberikan dorongan terhadap umat Islam agar tertangani masalahnya. Dukungan sosial itu merupakan bagian yang menjadi strategi dakwah untuk menangani kecemasan. Dukungan sosial dalam perspektif dakwah berupaya untuk menjadi salah satu strategi dakwah dalam menangani kecemasan. Dukungan teman sebaya mampu membentuk rasa percaya diri dan memberikan dampak positif dikarenakan teman sebaya mampu memberikan motivasi, ide-ide atau pertukaran pikiran terhadap sesama dalam proses mengurangi tingkat kecemasan menghadapi tes bahasa (TOEFL-IMKA).

Dukungan sosial Menurut House menyatakan bahwa terdapat empat aspek dalam dukungan sosial, yaitu dukungan emosi, dukungan informasi, dukungan instrumental dan penilaian berupa pemberian penghargaan atas prestasi yang dicapai sehingga harga diri serta kepercayaan dirinya akan meningkat. Salah satu aspek dukungan sosial ialah aspek emosional. Individu memperoleh dukungan sosial berupa perhatian emosional, individu akan merasa bahwa orang lain memberikan perhatian, menghargai dan mencintai dirinya. Individu akan lebih mempunyai kepercayaan diri yang tinggi serta memiliki sikap yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikiran positif, memiliki kemandirian dan kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.⁴⁶

⁴⁵ Papalia Olds Feldman, *Human Development*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2009), hlm. 95. Bagian yang ke dua dan seterusnya cukup ditulis Papalia Olds Feldman, *Human Development*, hlm. 95.

⁴⁶ Bart Smet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT. Grasindo, 1994), hlm. 134.

Dukungan teman sebaya pada dasarnya adalah tindakan menolong yang diperoleh melalui hubungan interpersonal. Seorang mahasiswa yang sedang mengalami kecemasan dalam menyelesaikan tes bahasa merupakan fenomena setiap hari yang kerap terjadi dan memang membutuhkan penanganan serius demi mengurangi rasa cemas berlebihan dan mendapatkan nilai score yang diinginkan, tentunya tidak dapat melakukan *treatmen*, *coping* dan mengatai segalanya dalam keadaan sendiri karena mahasiswa tetaplah makhluk sosial yang membutuhkan suplai atau campur tangan orang lain baik teman sebaya, keluarga ataupun lainnya sebagai titik acuan dalam proses penurunan tingkat kecemasan yang sedang dialami mahasiswa FDK UIN Wakisongo Semarang ketika menghadapi tes bahasa (TOEFL-IMKA).

Melihat uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa hubungan interpersonal merupakan sumber dukungan sosial teman sebaya yang mampu meningkatkan rasa percaya diri serta harga diri seorang individu. Buruknya hubungan interpersonal seorang mengindisikan atau berimbas kepada rendahnya dukungan teman sebaya yang dipersiapkan oleh seorang individu. Hubungan interpersonal seorang dalam kondisi yang baik maka dapat mengindikasikan bahwa individu dalam mempersepsi lingkungan sekitarnya sebagai dukungan teman sebaya yang baik atau dengan kata lain baiknya hubungan interpersonal seorang individu seiring juga tingginya tingkat dukungan teman sebaya yang dimiliki oleh individu, sehingga dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa para mahasiswa yang memiliki atau mampu mengoptimalkan dukungan sosial teman sebaya yang tinggi maka tingkat kecemasannya pun rendah.

D. Hipotesis

Istilah hipotesis berasal dari bahasa Yunani yang mempunyai dua kata yaitu "*hupo*" (sementara) dan "*thesis*" (pernyataan atau teori). Karena hipotesis merupakan pernyataan sementara yang masih lemah kebenarannya, maka perlu diuji kebenarannya. Kemudian para ahli menafsirkan arti hipotesis adalah dugaan terhadap pengaruh antara dua

variable atau lebih. Atas dasar definisi tersebut dapat diartikan bahwa hipotesis adalah jawaban atau dugaan sementara yang harus diuji kebenarannya.⁴⁷

Berdasarkan teori-teori yang telah dikemukakan di atas hipotesis bahwa ada pengaruh dukungan sosial teman sebaya (variabel X) dengan kecemasan mahasiswa dalam menghadapi test bahasa (TOEFL dan IMKA) (variabel Y) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Artinya bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka akan semakin rendah tingkat kecemasannya. Sebaliknya, jika semakin rendah dukungan sosial teman sebaya, maka akan tinggi tingkat kecemasannya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *field research*. Penelitian menggunakan dua variabel yaitu dukungan sosial sebagai variabel independen dan kecemasan menghadapi tes sebagai variabel dependen. Untuk mendapatkan data yang berkaitan dengan penelitian,

⁴⁷ Syofian Siregar, *Statistika Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif dilengkapi dengan Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*, Jakarta: Bumi Aksara, 2015, hal. 65.

peneliti menggunakan skala yang disusun berdasarkan variabel yang akan diteliti.

B. Definisi Konseptual

Definisi konseptual adalah pendapat peneliti atas variabel-variabel atau aspek utama tema penelitian, yang disusun atau dibuat berdasarkan teori-teori yang telah ditetapkan.

a. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial teman sebaya dalam penelitian ini menggunakan penelitian yang dikemukakan oleh House dan Khan, dukungan sosial sebagai suatu bentuk hubungan sosial yang bersifat menolong dengan melibatkan aspek-aspek emosi, informasi, bantuan instrumen, dan penilaian.⁴⁸ Penulis memakai definisi yang dikemukakan oleh House dan Khan, karena keempat jenis aspek-aspeknya digunakan untuk menyusun skala.

b. Kecemasan dalam menghadapi tes

Kecemasan dalam penelitian ini menggunakan penelitian yang dikemukakan oleh Atkinson, kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan gejala seperti kekhawatiran dan perasaan takut.⁴⁹ Penulis memakai definisi yang dikemukakan oleh Atkinson, karena gejala dan aspek-aspeknya digunakan untuk menyusun skala.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah kegiatan pengukuran variabel penelitian dilihat berdasarkan ciri-ciri spesifik yang tercermin dalam dimensi-dimensi atau indikator-indikator variabel penelitian.⁵⁰

⁴⁸ David Hasiholan Sinaga dan Erin Ratna Kustanti, “*Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Efikasi Diri Wirausaha pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro*”, Jurnal Empati Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Volume 6(1).

⁴⁹ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hlm. 48-49.

⁵⁰ Widodo, *Metodologi Penelitian Populer dan Praktis*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2017), hlm. 82.

a. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial teman sebaya menurut penelitian ini adalah adalah hubungan antara individu satu dengan individu lainnya dalam bentuk bantuan, dukungan, perhatian, penerimaan, dan penghargaan yang yang dapat membantu individu mengurangi beban dalam menghadapi permasalahan dan tekanan dalam kehidupannya meliputi, dukungan nyata (*tangible support*), milik dukungan (*beloging support*), dukungan harga diri (*self-esteem support*), dan dukungan penilaian (*appraisal support*).⁵¹

b. Kecemasan dalam menghadapi tes

Kecemasan diartikan penjelmaan dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, terjadi manakala seseorang sedang mengalami tekanan-tekanan atau reaksi fisiologis seperti ketegangan (stres), reaksi fisiologis seperti perasaan (frustasi) dan reaksi emosional seperti pertentangan batin (konflik).

D. Sumber dan Jenis Data

Sumber data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari responden/subjek penelitian.⁵² Sumber data primer dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang angkatan 2016 yang akan menghadapi tes bahasa. Data primer dalam penelitian ini adalah skor hasil instrumen penelitian dari isian skala masing-masing variabel. Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh dari dokumen/publikasi/laporan penelitian dari dinas/instansi maupun

⁵¹ Sharen Junifa Clarabella, Hardjono, Arif Tri Setyanto, “*Hubungan Penyesuaian Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Hardines pada Remaja yang Mengalami Residential Mobility di Keluarga Militer*”, Jurnal Ilmiah Progam Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

⁵² Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), hlm. 13.

sumber data lainnya yang menunjang.⁵³ Sumber data sekunder penelitian ini adalah wawancara, buku-buku yang ada relevansinya dengan dukungan sosial, teman sebaya, dan kecemasan. Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber kedua atau sumber sekunder dari data yang dibutuhkan⁵⁴ yaitu hasil wawancara, hasil skor, berita acara kelulusan ujian Tes Bahasa TOEFL dan IMKA, ketua Pusat Pengembangan Bahasa UIN Walisongo, petugas pendaftaran, administrasi.

E. Populasi dan Sempel

Populasi penelitian merupakan keseluruhan dari objek penelitian.⁵⁵ Sedangkan menurut Sugiyono populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁵⁶ Studi populasi dalam penelitian ini dibatasi dengan kriteria, mahasiswa angkatan 2016 yang telah mendaftarkan ujian TOEFL dan IMKA. Berdasarkan rekapitulasi data pendaftaran ujian, diperoleh jumlah populasi sebanyak 87 orang dari seluruh Mahasiswa 2016. Berdasarkan pada data tersebut, maka penulis menggunakan studi populasi yang berdasarkan pada teknik purposive sampling (sampel bertujuan) sehingga seluruh mahasiswa yang sudah mendaftar ujian toefl dan imka berkesempatan untuk menjadi subjek penelitian.

Sampel adalah sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut.⁵⁷ Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan *random sampling*, dimana pengambilan anggota sampel dan populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata

⁵³ Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif*,..., hlm. 15.

⁵⁴ M. Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana), hlm. 132.

⁵⁵ Sofian Siregar, *Statistika Deskriptif untuk Penelitian*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014), hlm. 144.

⁵⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 80.

⁵⁷ A. Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana, 2014), hlm. 150.

yang ada dalam populasi tersebut.⁵⁸ Penentuan jumlah sampel tersebut didapatkan dari perhitungan rumus Slovin dengan tingkat kepercayaan 95 %.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang ditempuh dan alat-alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan datanya.⁵⁹ Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner adalah seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis yang ditujukan kepada responden guna menjaring data.⁶⁰ Kuesioner disusun dengan menggunakan teknik pengukuran skala *Likert*. Teknik ini digunakan untuk menjabarkan variabel yang akan diukur menjadi aspek variabel yang kemudian dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun aitem-aitem instrument pada skala pengaruh dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan dalam menghadapi tes bahasa (IMKA dan TOEFL). Item instrumen disusun dalam bentuk *favorable* (mendukung atau memihak pada objek) dan *unfavorable* (tidak mendukung pada objek) dengan alternatif jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pemberian skornya tergantung dari *favorable* dan tidaknya suatu aitem. Skor jawaban bergerak dari nilai lima (5) sampai satu (1) pada jawaban *favorable* dan dari nilai satu (1) sampai lima (5) pada butir jawaban yang *unfavorable*.

Adapun penyusunan alat ukur pada skala hubungan dukungan sosial teman sebaya dan keberagaman dilakukan dengan persiapan yang meliputi: menyusun *blue print*, menguji alat ukur, dan memilih validitas dan reliabilitas sebaran aitem. Sebaran aitem ini diuji coba menggunakan uji coba terpakai. Uji coba dilakukan pada Mahasiswa FDK angkatan 2016. Adapun pengujian alat ukur ini dilakukan dengan menggunakan bantuan

⁵⁸ Wiratna Sujarweni, *Metode Penelitian Lengkap Praktis dan Mudah Dipahami*,..., hlm. 69.

⁵⁹ Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif*... hlm. 159.

⁶⁰ Chairunnissa, *Metode Penelitian Ilmiah Aplikasi dalam Pendidikan dan Sosial*, (Jakarta : Mitra Wacana Media, 2017), hlm. 172.

SPSS 23.0. SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) merupakan sebuah program komputer yang digunakan untuk membuat analisis statistika.⁶¹

1) Skala Dukungan Sosial

Variabel dukungan sosial teman sebaya diukur dengan menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya yang meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Adapun *blue print* skala dukungan sosial sebagai berikut :

Tabel 1
***Blue Print* Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebelum Uji Coba**

| No. | Aspek | Nomor Aitem | | Total Aitem |
|--------|-----------------------|------------------|--------------------|-------------|
| | | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | |
| 1. | Dukungan Emosional | 1,7,9,18,25 | 8,10,20,22 | 9 |
| 2. | Dukungan Penghargaan | 11,12,13,19 | 6,14,26 | 7 |
| 3. | Dukungan Instrumental | 5,17,21,29 | 4,24,30 | 7 |
| 4. | Dukungan Informasi | 15,23,27 | 2,3,16,28 | 7 |
| Jumlah | | 16 | 14 | 30 |

Skala dukungan sosial memiliki 30 aitem pernyataan. Masing-masing aitem terdiri dari 16 pernyataan *favorable* dan 14 pernyataan *unfavorable*. Skala dukungan sosial yang terdiri dari pernyataan tersebut diuji coba terlebih dahulu. Uji coba ini dilakukan untuk mengetahui dan menyeleksi aitem-aitem yang memiliki nilai validitas baik. Aitem yang memiliki validitas baik ditunjukkan dengan nilai koefisien lebih dari 0,30, sehingga butir dapat diterima dan digunakan sebagai alat pengumpulan data penelitian. Uji coba ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS 23.0.

2) Skala Kecemasan

⁶¹ Taran Tulaibob, pengertian SPSS dan keunggulan SPSS, diakses pada hari Minggu, 21 Oktober 2018 pukul 07.15 WIB, <https://tarantulaibob.wordpress.com/2013/01/13/pengertian-spss-dan-keunggulan-spss/>.

Variabel kecemasan diukur dengan menggunakan skala kecemasan. Skala kecemasan ini disusun berdasarkan aspek-aspek kecemasan yang meliputi reaksi emosional, kognitif, fisiologis. Ada 30 aitem kecemasan, masing-masing aitem memiliki 20 aitem *favorable*, 10 aitem *unfavorable*. Butir pada skala kecemasan tersebut juga diuji cobakan terlebih dahulu sebagaimana skala dukungan sosial. Uji coba yang digunakan adalah uji coba terpakai. Adapun *blue print* skala kecemasan sebelum uji coba adalah sebagai berikut :

Tabel 2
***Blue Print* Skala Kecemasan Sebelum Uji Coba**

| No. | Aspek | Nomor Item | | Total Item |
|--------|-------------------|--------------------|--------------------|------------|
| | | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | |
| 1. | Reaksi Emosional | 5,7,9,15,16,20 | 11,13,14,17 | 10 |
| 2. | Reaksi Kognitif | 1,2,6,18,19,24,26 | 3,10,12,25 | 11 |
| 3. | Reaksi Fisiologis | 4,8,21,22,27,29,30 | 23,28 | 9 |
| Jumlah | | 20 | 10 | 30 |

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini juga didukung dengan wawancara dan dokumentasi. Wawancara adalah suatu proses tanya jawab lisan, dimana dua orang atau lebih berhadapan secara fisik, yang satu dapat melihat muka yang lain, mendengar dengan telinga sendiri dan suaranya.⁶² Wawancara dalam penelitian ini merupakan pendukung dalam pengumpulan data tentang pengaruh dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan dalam menghadapi tes bahasa (Imka dan Toefl).

Dokumentasi dari asal kata dokumen, artinya barang-barang tertulis.⁶³ Metode ini dilakukan untuk meneliti dokumen-dokumen yang berhubungan dengan penelitian. Data dokumentasi dalam penelitian ini adalah dokumen tentang pengaruh dukungan sosial teman sebaya dengan

⁶² Sukandarrumidi, *Metode Penelitian Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2012), hlm. 188.

⁶³ Etta Mamang Sangadji dan Sopiah, *Metode Penelitian; Pendekatan Praktis dalam Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Offset), hlm. 153.

kecemasan dalam menghadapi tes bahasa (IMKA dan TOEFL) serta profil Fakultas Dakwah UIN Walisongo Semarang.

G. Validitas dan Reliabilitas Data

Sejauh mana kepercayaan dapat diberikan pada kesimpulan penelitian sosial tergantung antara lain pada akurasi dan kecermatan data yang diperoleh. Akurasi dan kecermatan data hasil pengukuran tergantung pada validitas dan reliabilitas alat ukurnya.⁶⁴ Kriteria uji validitas butir dalam penelitian ini menggunakan kriteria pemilihan aitem berdasar korelasi aitem-total dengan menggunakan batasan $r_{ix} \geq 0,30$.⁶⁵ Maksudnya yaitu suatu alat ukur dikatakan memiliki validitas jika koefisien validitasnya lebih besar dari 0,30. Koefisien validitas ini ditunjukkan pada angka *Corected Aitem-Total Corelation* dengan ketentuan jika angka pada *Corected Aitem-Total Corelation* tersebut lebih besar (\geq) 0,30, maka butir soal dikatakan valid dan jika nilai pada *Corected Aitem-Total Corelation* kurang (\leq) 0,30, maka butir soal tidak valid.

Uji reliabilitas merupakan ukuran suatu kestabilan dan konsistensi responden dalam menjawab hal yang berkaitan dengan kontruk-kontruk pertanyaan yang merupakan dimensi suatu variabel dan disusun dalam suatu bentuk kuisioner. Uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan secara bersama-sama terhadap seluruh butir pertanyaan. Jika nilai *Cronbach Alpha* $> 0,60$ maka dapat dikatakan reliabel, sedangkan jika nilai *Cronbach Alpha* $< 0,60$ maka dikatakan tidak reliabel.⁶⁶ Berikut ini adalah penjelasan mengenai uji validitas dari skala pengaruh dukungan sosial teman sebaya dalam menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi tes bahasa.

1. Hasil perhitungan validitas skala pengaruh dukungan sosial teman sebaya di FDK UIN Walisongo Semarang angkatan 2016 dapat diketahui bahwa pada instrument skala tentang dukungan sosial teman sebaya terdapat 5 aitem pernyataan skala tidak valid, sedangkan yang

⁶⁴ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*,..., hlm. 105.

⁶⁵ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hlm. 86.

⁶⁶ Sujarweni, *Metode Penelitian Lengkap Praktis dan Mudah Dipahami*,..., hlm. 85.

valid terdapat 25 aitem untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini.

Tabel 3
Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

| Indikator | Sub indicator | Favorable | Unfavorable |
|------------------------------|--|------------|-------------|
| Dukungan Emosional | Empati dari teman sebaya | 1, 7 | 8 |
| | Keterbukaan teman sebaya dalam mendengarkan keluhan kesah mengenai sulitnya materi tes | 18, 25 | 22 |
| | Ungkapan kasih sayang dari teman | | 20 |
| | Ekspresi perhatian dari teman sebaya | 9 | 10 |
| Dukungan Penghargaan | Individu memperoleh penilaian positif dari teman sebaya | 11,12,13 | 6, 14 |
| | Individu memperoleh dorongan untuk maju dari teman sebaya | 19 | 26 |
| Dukungan Instrumental | Pemberian bantuan langsung dari teman sebaya | 5,17,21,29 | 4,24,30 |
| Dukungan Informasi | Individu mendapatkan saran atau nasihat dari teman sebaya | 15,23,27 | 2,3,16,28 |

Keterangan : nomor aitem yang dicetak tebal dan bergaris bawah adalah nomor aitem yang tidak valid

Hasil di atas berarti bahwa aitem yang valid sebanyak 26 aitem yakni 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30. Angka *Corrected Item-Total Correlation* bergerak dari - 0,602 sampai 0,771. Aitem yang tidak valid sebanyak 5 aitem yakni 1, 7, 21, 23, 24. Sementara hasil perhitungan reliabilitas skala pengaruh dukungan sosial teman sebaya dapat dilihat dari table berikut

Tabel 4
Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

| <i>Reliability Statistics</i> | |
|-------------------------------|-------------------|
| <i>Cronbach's Alpha</i> | <i>N of Items</i> |
| ,797 | 30 |

Tabel 4 diatas menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* instrumen dukungan sosial teman sebaya sebesar $0,797 > 0,6$ maka aitem instrumen kecemasan reliabel.

2. Hasil perhitungan validitas tentang skala kecemasan menghadapi tes di FDK UIN Walisongo Semarang angkatan 2016 mahasiswa dalam menghadapi tes bahasa dapat diketahui bahwa pada instrument skala tentang kecemasan terdapat 3 aitem pernyataan skala tidak valid, sedangkan yang valid terdapat 27 aitem untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini.

Tabel 5

Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan menghadapi Tes

| Indikator | Sub indicator | Favorable | Unfavorable |
|--------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|
| Reaksi Emosional | Perilaku terguncang | 7 | |
| | Mencela diri sendiri atau orang lain | 5,9,15,16,20 | 11,4,13,14,17 |
| Reaksi Kognitif | Khawatir | 1,2,6 | 10,3,12 |
| | Sulit berkonsentrasi | 18,19,24,26 | 25 |
| Reaksi Fisiologis | Banyak keringat | 27 | |
| | Pusing | 21,22 | 23 |
| | Anggota tubuh gemetaran | 8,29,30 | 28 |

Keterangan : nomor aitem yang dicetak tebal dan bergaris bawah adalah nomor aitem yang tidak valid

Hasil diatas berarti berarti bahwa aitem yang valid sebanyak 27 yakni 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30. *Corrected Item-Total Correlation* bergerak dari -0,447 sampai 0,698. Sedangkan aitem yang tidak valid sebanyak 3 yakni 4, 8, 11. Sementara hasil uji reliabilitas skala dukungan sosial teman sebaya sebagaimana dalam tabel 8 berikut ini.

Tabel 6

Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan Menghadapi Tes

| <i>Reliability Statistics</i> | |
|-------------------------------|-------------------|
| <i>Cronbach's Alpha</i> | <i>N of Items</i> |
| ,758 | 30 |

Tabel 6 diatas menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* instrumen skala kecemasan sebesar $0,758 > 0,6$ maka aitem instrumen dukungan sosial teman sebaya reliabel.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan tiga tahap, yaitu: analisis pendahuluan, analisis uji asumsi, dan analisis uji hipotesis. Tahap pertama yaitu analisis pendahuluan. Sebelum penulis melakukan analisis data, maka terlebih dahulu dilakukan pengujian terhadap data yang dimiliki dengan persyaratan uji dengan menguji variable observasi berskala interval. Skala interval adalah suatu pemberian angka kepada kelompok dari obyek-obyek yang mempunyai sifat skala nominal dan ordinal ditambah dengan satu sifat lain yaitu jarak yang sama dari satu peringkat dengan peringkat di atasnya atau di bawahnya.⁶⁷

Analisis pendahuluan dilakukan untuk menentukan kategorisasi yang bertujuan untuk mengetahui tinggi rendahnya nilai subjek, maka dilakukan kategorisasi pada skala intensitas mengikuti bimbingan keagamaan dan skala perilaku agresif anak jalanan. Kategorisasi ini dibuat menjadi tiga bagan, yaitu tinggi, sedang, dan berdasarkan distribusi kurva normal dengan menggunakan rumus deviasi standar.⁶⁸ Tahap kedua yaitu analisis uji asumsi.

Uji asumsi merupakan salah satu uji pra syarat yang digunakan dalam penelitian kuantitatif. Analisis uji asumsi bertujuan untuk menghindari munculnya bias dalam analisis data serta untuk menghindari kesalahan spesifikasi model regresi yang dilakukan.⁶⁹ Analisis uji asumsi dilakukan dengan menggunakan uji linearitas, uji normalitas dan uji homogenitas.

Uji linearitas digunakan untuk melihat apakah spesifikasi model yang digunakan sudah benar atau tidak. Penggunaan uji linearitas akan diperoleh informasi apakah model empiris sebaiknya linear kuadrat atau kubik.⁷⁰ Pengujian dapat dilakukan pada program SPSS 20.0 dengan

⁶⁷ Sugiarto dkk, *Teknik Sampling*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2003), hlm 25

⁶⁸ Syaifudin Azwar, *Merode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), hlm. 37

⁶⁹ Hengky dan Selva Temalagi Latan, *Analisis Multivariate Teknik dan Aplikasi Menggunakan Program IBMSPSS 20,0*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 56.

⁷⁰ Imam Ghozali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*, (Semarang: Badan Peneliti Universitas Diponegoro, 2011), hlm. 166

menggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikan 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan linier bila signifikansi (*linearity*) kurang dari 0,05.⁷¹ Uji normalitas dilakukan dengan model regresi, berguna untuk melihat apakah data yang telah dikumpulkan mempunyai distribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah model regresi yang berdistribusi normal.⁷² Data dikatakan normal jika hasil uji menunjukkan pada nilai signifikansi $> 0,05$. Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*.

Adapun uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah setiap grup (kategori) variabel independen memiliki varian sama atau tidak. Uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan *homogeneity of variance* yang diperoleh dari nilai *Levene statistic* dengan menggunakan bantuan SPSS 20.0. Uji ini memiliki ketentuan bahwa variansi dari setiap kategori dikatakan sama jika nilai probabilitas signifikansi $> 0,05$.⁷³

Tahap ketiga dalam teknik analisis data adalah uji hipotesis. Analisis ini digunakan untuk menguji kebenaran hipotesis yang diajukan yaitu dengan menggunakan teknik regresi sederhana dengan bantuan program SPSS 20.0. Analisis regresi sederhana pada dasarnya suatu studi untuk mengetahui pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen. Ada dua komponen yang harus dipenuhi dalam analisis regresi, yaitu signifikansi uji F dan koefisien determinasi (*R-Square*).⁷⁴ Uji F digunakan untuk menguji apakah terdapat sebuah relasi yang signifikan antara variabel independent dengan variabel dependent. Kriteria pengujiannya yaitu :

⁷¹ Prayitno, *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*, (Universitas Negeri Padang, 2010), hlm. 73.

⁷² Hengky dan Selva Temalagi Latan, *Analisis Multivariate Teknik dan Aplikasi Menggunakan Program IBMSPSS 20,0*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 56.

⁷³ Imam Ghazali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*, (Semarang: Badan Peneliti Universitas Diponegoro, 2011), hlm. 69-70.

⁷⁴ Hengky dan Selva Temalagi Latan, *Analisis Multivariate Teknik dan Aplikasi Menggunakan Program IBMSPSS 20,0*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 80.

1. Jika nilai probabilitas lebih kecil daripada atau sama dengan nilai probabilitas sig. ($0,05 < \text{sig}$), maka H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya tidak signifikan.
2. Jika nilai probabilitas lebih besar daripada atau sama dengan nilai probabilitas sig. ($0,05 > \text{sig}$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya signifikan.

Uji F juga digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independent terhadap variabel dependent. Pengujian ini dilakukan dengan membandingkan F_{hitung} dan F_{tabel} . Perbandingan ini dikatakan signifikan jika $F_{hitung} > F_{tabel}$.⁷⁵ Koefisien determinasi menurut Sarwono digunakan untuk menghitung besarnya peranan atau pengaruh variabel bebas terhadap variabel tergantung. Koefisien determinasi disebut juga nilai *R Square*. Nilai *R Square* berkisar antara 0-1 yang berarti semakin kecil besarnya *R Square*, maka kontribusi kedua variabel semakin lemah dan semakin besar nilai *R Square*, maka kontribusi kedua variabel semakin kuat.⁷⁶

BAB IV

GAMBARAN UMUM MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN WALISONGO SEMARANG

A. Data Umum Hasil Penelitian

Untuk mendapatkan gambaran umum mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang, maka perlu dikemukakan beberapa

⁷⁵ Hengky dan Selva Temalagi Latan, *Analisis Multivariate Teknik dan Aplikasi Menggunakan Program IBMSPSS 20,0*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 81.

⁷⁶ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2012), hlm. 205-206

hal yang berhubungan dengan kondisi mahasiswa Fakultas Dakwah, sebagai berikut :

1. Profil Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo

Pada awal 1969, tepatnya 12 Maret 1969, kuliah perdana sebagai tanda dibukanya Fakultas Dakwah terlaksana. Kuliah dilaksanakan di gedung Yayasan Pendidikan Diponegoro, Jl. Mugas No. 1 Semarang. IAIN Walisongo diresmikan penegeriannya pada 6 April 1970, termasuk didalamnya Fakultas Dakwah berdasarkan KMA No. 30 tahun 1970. Pada saat yang sama pula, diresmikan pembukaan IAIN Walisongo berdasarkan KMA No. 31 tahun 1970.

Fakultas Dakwah IAIN Walisongo merupakan Fakultas kedua tertua di lingkungan IAIN se-Indonesia dan menjadi Fakultas tertua di IAIN Walisongo Semarang. Pada tahun akademik 1971, tempat kuliah berpindah ke gedung Yayasan al-Jami'ah di Jl. Mangunsarkoro 17 Semarang. Ketika IAIN Walisongo selesai membangun kampus baru di jalan Raya Kendal, maka pada tahun 1976, perkuliahan berpindah dan dilaksanakan di kampus baru tersebut. Sedangkan untuk program doktoral kuliah tetap dilaksanakan di Jl. Ki Mangunsarkoro 17 Semarang. Pada akhir 1977, seluruh perkuliahan baik sarjana Muda maupun doktoral dilaksanakan di kampus Jerakah.

Pada pertengahan 1994, tepatnya pada Agustus 1994, Fakultas Dakwah IAIN Walisongo menempati gedung baru di Kampus 3, Kelurahan Tambak Aji Ngaliyan. Pada kampus baru ini, sampai dengan tahun 2000, Fakultas Dakwah menempati empat unit gedung bertingkat. Dua gedung untuk perkuliahan, satu gedung kantor dan satu laboratorium Dakwah.

Jalan panjang sudah dilalui oleh Fakultas Dakwah IAIN Walisongo, sejak kelahirannya hingga sekarang. Pada 2013, Fakultas Dakwah berubah menjadi Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo, berdasarkan PMA no.17 tahun 2013 tentang Organisasi dan Tata Kerja (Ortaker) IAIN Walisongo. Selang setahun kemudian, IAIN Walisongo

berubah menjadi Universitas Islam Negeri Walisongo dan diresmikan pada 19 Desember 2014.⁷⁷

2. Visi dan Misi Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) UIN Walisongo

Visi Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) UIN Walisongo adalah terdepan dalam riset dakwah dan komunikasi bagi kemanusiaan dan peradaban berbasis pada kesatuan ilmu pengetahuan.

Misi Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) UIN Walisongo adalah :

- a. Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran ilmu dakwah dan komunikasi berbasis kesatuan ilmu pengetahuan untuk menghasilkan lulusan yang kompetitif dan berakhlakul karimah.
- b. Mengembangkan ilmu dakwah dan komunikasi berbasis riset.
- c. Menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat berbasis riset dakwah dan komunikasi.
- d. Menggali, mengembangkan dan menerapkan nilai-nilai kearifan lokal dalam bidang dakwah dan komunikasi.
- e. Mengembangkan kerja sama dengan berbagai lembaga skala regional, nasional dan internasional dalam bidang dakwah dan komunikasi.⁷⁸

3. Sasaran Progam

- a. Mewujudkan Sarjana Agama Islam dalam bidang Dakwah, sehingga mampu mengaplikasikan keilmuannya dalam penyiaran agama Islam, pengelolaan dan pengembangan kelembagaan Fakultas Dakwah dalam rangka menjawab tantangan zaman.

⁷⁷ Buku Panduan IAIN Walisongo Tahun 2011/2012, hlm. 27

⁷⁸ Visi dan Misi, di akses pada 15 Maret 2019 pkl 19.39, <http://bpi.walisongo.ac.id>.

- b. Mewujudkan Sarjana Agama Islam dalam bidang Bimbingan dan Penyuluhan Islam, komunikasi dan penyiaran Islam serta manajemen dakwah dapat melanjutkan studinya ke jenjang yang lebih tinggi.
- c. Menyiapkan pelaku dakwah yang profesional, berwawasan akademik yang berbasis keislaman.

4. Tujuan Progam

Menghasilkan sarjana muslim yang ahli dan siap menjadi praktisi Dakwah dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam, komunikasi dan penyiaran Islam, Manajemen Dakwah, Pengembangan Masyarakat Islam, Manajemen Haji dan Umroh serta Magister Komunikasi dan Penyiaran Islam.

5. Fasilitas Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK)

Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) UIN Walisongo menempati kampus 3 yang cukup nyaman, asri dan luas. Di kampus 3 terdapat fasilitas gedung serbaguna (GSG), Auditorium 2, perpustakaan pusat dan American Cornen, pusat bahasa, lapangan sepakbola, lapangan bola voli dan Masjid. Selain Fakultas Dakwah dan Komunikasi, di kampus 3 juga ditempati Fakultas Syariah dan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI). Pada masa depan, di kampus 3 juga akan dibangun gedung Rektorat, Fakultas Sosial dan Humaniora dan Fakultas Sains dan Teknologi.

Fakultas Dakwah dan Komunikasi menempati 5 gedung bertingkat. 2 gedung digunakan untuk perkuliahan, 1 gedung perkantoran 1 gedung untuk jurusan atau ruang dosen dan pusat kegiatan Mahasiswa (PKM) dan 1 gedung Laboratorium Dakwah (Labda).

Fakultas Dakwah dan Komunikasi dilengkapi dengan ruang kelas yang representatif, perpustakaan fakultas yang nyaman dan koleksi buku yang relatif lengkap, ruang terbuka hijau dan taman yang rindang. Fakultas Dakwah dan Komunikasi sudah dilengkapi Wi-fi yang dapat diakses secara luas di sekitar kampus.

Laboratorium Dakwah menyediakan berbagai fasilitas untuk kebutuhan praktikum Mahasiswa, seperti ruang konseling dan berbagai peralatannya, radio, TV, seperangkat alat gamelan, kamera, dan sebagainya. Di laboratorium dakwah juga terdapat aula yang dapat digunakan untuk seminar atau workshop dengan fasilitas AC, sound system, LCD, dan lain-lain. Disamping itu, juga terdapat miniatur ka'bah dan jamarat untuk praktek manasik Haji.

Untuk pengembangan potensi Mahasiswa, Fakultas Dakwah dan Komunikasi berbagai macam fasilitas dan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) bermacam-macam, antara lain: UKM musik, teater wadas, kordais, MISSI, dan lain-lain, segala peralatan yang dibutuhkan sudah dimiliki oleh masing-masing UKM. Kedepan, masih terus diusahakan berbagai tambahan fasilitas yang dapat mendukung dan melejitkan potensi dan kreativitas mahasiswa.⁷⁹

6. Profil Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Profil Mahasiswa FDK dapat dilihat dari dua hal. Yang pertama latar belakang pendidikan dan yang kedua latar belakang mata pencaharian. Latar belakang pendidikan mahasiswa FDK adalah mayoritas berasal dari MA baik negeri maupun swasta, akan tetapi juga tidak jarang dari mereka berasal dari sekolah SMU, SMEA, STM akan tetapi persentasinya lebih sedikit apabila dibandingkan dengan yang berasal MA/MAN. Sedangkan kalau kita lihat dari asal dan mata pencaharian mereka adalah kebanyakan dari pedesaan dan mata pencaharian mereka adalah pedagang dan petani.

Mahasiswa adalah panggilan untuk orang yang sedang menjalani pendidikan tinggi di sebuah perguruan tinggi. Dalam kamus besar Bahasa Indonesia disebutkan bahwa mahasiswa adalah orang yang belajar (pelajar) pada perguruan tinggi, atau seorang yang menghadiri pada suatu institusi pendidikan.⁸⁰ Mereka merupakan sebagian kecil dari

⁷⁹ Buku Panduan UIN Walisongo, 2015/2016, hlm. 6.

⁸⁰ Kbbi.web.id/mahasiswa diakses pada tanggal 25 Januari 2020, pukul 12.12 WIB.

generasi muda Indonesia yang mendapat kesempatan untuk mengasah kemampuannya di perguruan tinggi. Tentunya sangat diharapkan mendapat manfaat yang sebesar-besarnya dari pendidikan agar kelak mampu menyambungkan kemampuannya untuk memperbaiki kualitas bangsa.

Mahasiswa merupakan pelajar, atau seorang yang menghadiri sebuah Universitas pendidikan. Fakultas Dakwah merupakan Fakultas yang mengedepankan materi ilmu dakwah dan ilmu lain yang menunjang kegiatan dakwah. Mahasiswa diberikan kebebasan untuk memilih jurusan yang diinginkan. Di lain pihak, mahasiswa juga dibebaskan memilih UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa) yang diniati untuk mengembangkan potensi dari mahasiswa masing-masing.

Seiring berkembangnya media teknologi informasi, UIN Walisongo Semarang memberikan fasilitas internet (area Wifi) pada setiap kampus. Banyak mahasiswa, dosen dan karyawan yang menggunakan fasilitas internet untuk berbagai kepentingan. Mahasiswa Fakultas Dakwah banyak yang menggunakan fasilitas internet hampir setiap hari. Banyak mahasiswa yang menggunakan internet untuk mencari tugas, *e-mail*, website, facebook, blog, dan lain sebagainya.

Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang merupakan mahasiswa yang memiliki kemampuan dalam bidang dakwah dan teknologi komunikasi. Mahasiswa Fakultas ini diberikan pengajaran berdakwah pada era modernisasi.

7. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Mahasiswa adalah peserta didik di sebuah perguruan tinggi. Mahasiswa memiliki kewajiban untuk menyelesaikan tugas akhir agar dapat meraih gelar sarjana strata 1 (S1). Persyaratan ini juga berlaku bagi mahasiswa FDK, bahwa lama studi minimum adalah delapan semester dan maksimum empat belas semester. Berdasarkan wawancara dengan bagian akademik diketahui bahwa rata-rata lama studi

mahasiswa FDK adalah empat belas semester. Penyebab masalah yang terjadi dikarenakan mahasiswa kesulitan dalam mengatasi tuntutan akademik, seperti mengulang mata kuliah, mengikuti tes bahasa sehingga dapat menghambat pembuatan tugas akhir skripsi.⁸¹

Hasil wawancara dengan mahasiswa FDK jurusan BPI semakin memperkuat data yang ada bahwa mahasiswa tingkat akhir disibukkan dengan menghadapi tes bahasa, Mahasiswa mengeluh karena terkendala kelulusan TOEFL dan IMKA hingga melampaui batas delapan semester. Mahasiswa yang belum lulus pada tes pertama, diberi kesempatan satu kali untuk mengulang dalam jangka dua minggu untuk TOEFL dan satu minggu untuk IMKA. Jika mahasiswa belum mampu mencapai skor yang telah ditetapkan, mereka wajib untuk mengikuti kursus di PPB UIN Walisongo. Wajar apabila banyak mahasiswa merasa resah atau cemas terkait wajib lulus TOEFL-IMKA terkait program TOEFL-IMKA yang dianggap dapat menghambat kelulusan.⁸²

Salah satu yang dibutuhkan mahasiswa dalam menurunkan tingkat kecemasan menghadapi tes bahasa selain belajar yang lebih intensif adalah adanya dukungan sosial untuk mengurangi kecemasan yang dihadapinya, pemberian dukungan yang berupa perhatian secara emosi, pemberian sikap menghargai, pemberian bantuan instrumental maupun penyediaan informasi oleh teman yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama.

Hasil penelitian Hartuti dan Mangungsong, bahwa faktor yang mempunyai pengaruh yang signifikan adalah penghargaan yang tinggi dari lingkungan. Penghargaan yang tinggi dari lingkungan didapatkan mahasiswa dari orang-orang yang berada di sekitarnya, salah satunya adalah teman sebaya.

8. Kecemasan Menghadapi Tes Bahasa

⁸¹ Wawancara dengan bagian wakil dekan akademik fdk UIN Walisongo Semarang pada tanggal 18 April 2019 pk1 12.30 wib.

⁸² Wawancara dengan Mahasiswa fdk UIN Walisongo Semarang pada tanggal 18 September 2019 pk1 15.30 wib.

Kecemasan menghadapi tes adalah kekhawatiran, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan mengeluhkan sesuatu hal buruk terkait menghadapi tes bahasa yang akan datang ditandai dengan gejala-gejala fisik, perilaku, serta pemikiran yang muncul ketika subjek dihadapkan pada situasi yang membuatnya cemas,⁸³ dalam hal ini ialah situasi yang berkaitan dengan tes bahasa.

Ada beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi tes, salah satu hasil penelitian yang mengalami kecemasan adalah mahasiswa, dalam skripsi yang diteliti oleh Heni Raudlatul Khusna menyebutkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecemasan dikarenakan hatinya tidak merasa aman, tenang, malu, takut, terancam, konflik batin, tegang, tidak berdaya, dan segan bertemu dengan orang lain, demikian pula mahasiswa UIN Walisongo khususnya FDK UIN Walisongo Semarang mengeluh karena terkendala kelulusan TOEFL dan IMKA hingga melampaui delapan semester bahkan ada yang mengikuti les, tes percepatan tapi semua itu tidak menjamin lulus, wajar apabila banyak mahasiswa merasa resah atau cemas terkait wajib lulus TOEFL-IMKA.

Kecemasan yang dialami mahasiswa menjadi aspek penting bagi penulis untuk melakukan survei, terkait problem TOEFL-IMKA, UIN Walisongo Semarang mewajibkan mahasiswa memiliki sertifikat TOEFL-IMKA menjadi faktor penghambat mahasiswa lulus tepat waktu. Mahasiswa merasa cemas jika tidak lulus dalam ujian TOEFL-IMKA karena materi ujian yang cukup sulit. Perasaan cemas selalu membayangi para mahasiswa yang akan menghadapi tes bahasa karena setiap mahasiswa yang akan mengikuti tes merasa takut akan gagal lulus dan harus mengikuti tes lagi.

⁸³ Djiwandono, *Konseling dan Terapi dengan Anak dan Orang Tua*, (Jakarta: PT Grasindo, 2002), hlm. 56.

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Data Penelitian

1. Analisis Pendahuluan

Analisis pendahuluan dilakukan untuk mengetahui gambaran secara umum data tentang variabel dukungan sosial teman sebaya dan variabel menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi tes bahasa. Analisis

ini dilakukan dengan memberikan deskripsi tentang data hasil penelitian. Hasil perolehan data tersebut merupakan skor jawaban responden yang diperoleh dari skala dukungan sosial teman sebaya dan menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi tes bahasa. Responden dalam penelitian ini adalah Mahasiswa FDK angkatan 2016 yang berjumlah 87 orang. adapun jumlah skor nilai pada skala dukungan sosial teman sebaya dan menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi tes bahasa.

Perolehan skor diatas dideskripsikan dengan menggunakan bantuan program SPSS 25.0. Deskripsi data ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum tentang pengaruh dukungan sosial teman sebaya dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tes bahasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Gambaran data masing-masing variabel sebagaimana tabel 7.

Tabel 7
Deskripsi Data Dukungan Sosial Teman Sebaya
Descriptive Statistics

| | N | Range | Minimum | Maximum | Sum | Mean | Std. Deviation |
|------------------------------|----|-------|---------|---------|---------|-------|----------------|
| Dukungan Sosial Teman Sebaya | 87 | 27,00 | 71,00 | 98,00 | 7543,00 | 86,70 | 6,468 |
| Valid N (listwise) | 87 | | | | | | |

Tabel deskripsi di atas menjelaskan bahwa pada variabel dukungan sosial teman sebaya menunjukkan hasil data range sebesar 27,00 dengan data minimum sebesar 71,00 dan data maksimum sebesar 98,00. Nilai rata-rata pada variabel dukungan sosial teman sebaya sebesar 86,7. Standar deviasinya 6,468.

Tabel 8
Deskripsi Data Kecemasan menghadapi Tes Bahasa
Descriptive Statistics

| | N | Range | Minimum | Maximum | Sum | Mean | Std. Deviation |
|--|---|-------|---------|---------|-----|------|----------------|
|--|---|-------|---------|---------|-----|------|----------------|

| | | | | | | | |
|--------------------|----|-------|-------|--------|---------|-------|-------|
| Kecemasan | 87 | 30,00 | 75,00 | 105,00 | 8144,00 | 93,61 | 7,176 |
| Valid N (listwise) | 87 | | | | | | |

Tabel deskripsi di atas menjelaskan bahwa pada variabel kecemasan menunjukkan hasil data range sebesar 30,00 dengan data minimum sebesar 75,00 dan data maksimum sebesar 105,00. Nilai rata-rata pada variabel kecemasan sebesar 93,61. Standar deviasinya 7,176. Perolehan data tersebut dapat digunakan untuk mengkategorikan masing-masing variabel. Kategori tersebut dikelompokkan menjadi tiga yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Kategorisasi variabel pengaruh dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan dapat dilakukan dengan melihat *mean* (rata-rata) dan standar deviasi (SD) dari masing-masing variabel. Variabel pengaruh dukungan sosial teman sebaya memiliki nilai *mean* sebesar 86,70 (dibulatkan 87) dan SD sebesar 7,176 (dibulatkan 8), maka untuk mengkategorikan menggunakan rumus sebagaimana tabel 9.

Tabel 9
Rumusan Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya

| Rumusan | Kategori | Skor Skala |
|---|----------|------------|
| $X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$ | Tinggi | $X > 91$ |
| $(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$ | Sedang | 81 – 90 |
| $X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$ | Rendah | $X < 80$ |

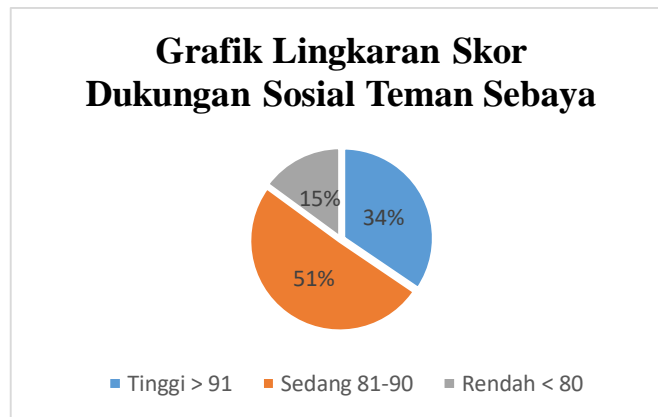
Rumusan di atas dapat diketahui bahwa skor dukungan sosial teman sebaya dikatakan tinggi jika skor lebih besar dari 91, dikatakan sedang jika skor antara 81 sampai 90, dan dikatakan rendah jika skor kurang dari 80. Adapun hasil persentase variabel dukungan sosial teman sebaya lebih jelas dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10
Hasil Persentase Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya

| Variabel | Kategori | Kriteria | Frekuensi | Persentase |
|-----------------------------|----------|----------|-----------|------------|
| Dukunan Sosial Teman Sebaya | Tinggi | $X > 91$ | 30 | 34 % |
| | Sedang | 81-90 | 44 | 51 % |
| | Rendah | $X < 80$ | 13 | 15 % |
| Jumlah | | | 87 | 100 % |

Gambar 1

Grafik Lingkaran (Piechart) Hasil Persentase Dukungan Sosial Teman Sebaya



Tabel dan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya paling tinggi berada pada kategori sedang memiliki persentase sebesar 51 % dengan jumlah 44 responden. Kategori tinggi memiliki persentase 34 % dengan jumlah 30 responden, sedangkan berada pada kategori rendah sejumlah 13 responden dengan persentase 15 %.

Selanjutnya adalah variabel kecemasan juga dikategorisasikan berdasarkan nilai *mean* (rata-rata) dan nilai standar deviasi (SD). Nilai *mean* pada variabel kecemasan sebesar 93,61 (dibulatkan 94) dan SD sebesar 6,468 (dibulatkan 7). Rumusan kategorisasi variabel keterbukaan diri santri sebagaimana tabel 11.

**Tabel 11
Rumusan Kategorisasi Kecemasan**

| Rumusan | Kategori | Skor Skala |
|---|----------|------------|
| $X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$ | Tinggi | $X > 97$ |
| $(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$ | Sedang | 86 – 96 |

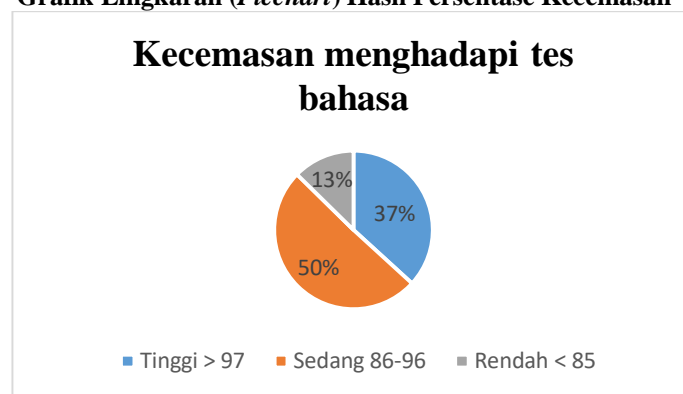
Rumusan di atas dapat diketahui bahwa skor skala pada keterbukaan diri dikatakan tinggi jika skor lebih besar dari 97, dikatakan sedang jika skor antara 86 sampai 96, dan dikatakan rendah

jika skor kurang dari 85. Adapun hasil persentase variabel kecemasan lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 17 dan gambar 2.

Tabel 12
Hasil Persentase Variabel Kecemasan

| Variabel | Kategori | Kriteria | Frekuensi | Persentase |
|-----------|----------|----------|-----------|------------|
| Kecemasan | Tinggi | $X > 97$ | 32 | 21 % |
| | Sedang | 86 -96 | 44 | 60 % |
| | Rendah | $X < 85$ | 11 | 19 % |
| Jumlah | | | 87 | 100 % |

Gambar 2
Grafik Lingkaran (Piechart) Hasil Persentase Kecemasan



Tabel 12 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa kecemasan yang paling tinggi berada pada kategori sedang memiliki persentase sebesar 50 % dengan jumlah 44 responden. Kategori tinggi memiliki persentase 37 % dengan jumlah 32 responden, sedangkan berada pada kategori rendah sejumlah 11 responden dengan persentase 13 %.

2. Uji Asumsi

Untuk melaksanakan analisis korelasi pada uji hipotesis memerlukan beberapa asumsi, diantaranya sampel diambil dari populasi yang berdistribusi normal, dan hubungan antar variabel dinyatakan homogen.

a. Uji Normalitas

Dara dari variabel penelitian diuji normalitas sebenarnya dengan menggunakan SPSS 25.0 for windows yaitu menggunakan teknik *one-sample Kolmogorov smirnov test*. Uji tersebut dimaksudkan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi variabel-variabel penelitian. Kaidah yang digunakan dalam penentuan sebaran normal atau tidaknya adalah jika ($p > 0,05$) maka sebarannya adalah normal, namun jika ($p < 0,05$) maka sebarannya tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 13 berikut :

Tabel 13
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Dukungan Sosial Teman Sebaya | Kecemasan dalam Menghadapi Tes Bahasa |
|----------------------------------|----------------|------------------------------|---------------------------------------|
| N | | 87 | 87 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 86,7011 | 93,6092 |
| | Std. Deviation | 6,46838 | 7,17612 |
| Most Extreme Differences | Absolute | ,097 | ,106 |
| | Positive | ,044 | ,060 |
| | Negative | -,097 | -,106 |
| Test Statistic | | ,097 | ,106 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | ,043 ^c | ,018 ^c |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Hasil uji normalitas pada tabel diatas menunjukkan bahwa data pada kedua variabel berdistribusi normal dengan nilai Asymp. Sig. pada variabel dukungan sosial teman sebaya sebesar $0,043 > 0.05$ (Normal) dan variabel kecemasan sebesar $0,18 > 0.05$ (Normal).

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Uji ini biasanya digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi atau

regresi linier. Pengujian pada SPSS dengan menggunakan *Test For Linierity* pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linier apabila signifikansi (*Linierity*) kurang dari 0,05.

Tabel 14
Hasil Uji Linieritas

| ANOVA Table | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|---|----------------|--------------------------|----------------|----|-------------|--------|------|
| Kecemasan dalam menghadapi tes bahasa * Dukungan sosial teman sebaya | Between Groups | (Combined) Linearity | 2812,992 | 24 | 117,208 | 4,498 | ,000 |
| | | Linearity | 2524,360 | 1 | 2524,360 | 96,867 | ,000 |
| | | Deviation from Linearity | 288,633 | 23 | 12,549 | ,482 | ,973 |
| | Within Groups | | 1615,720 | 62 | 26,060 | | |
| | Total | | 4428,713 | 86 | | | |

Berdasarkan hasil uji linearitas nilai Sig. Deviation from linearity sebesar $0,973 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara pengaruh dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan.

c. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi adalah sama atau tidak. Uji homogenitas ini dilakukan sebagai syarat uji hipotesis yang dimunculkan. Pengujian dilakukan melalui program SPSS dengan menggunakan *One Way Anova*. Adapun kriteria uji, dua variabel dikatakan menyebar secara homogen bila nilai r (*probability value/critical value*) lebih kecil atau sama dengan dari α (nilai α yaitu 0,05)

Tabel 15
Hasil Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variances

Kecemasan menghadapi tes bahasa

| Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
|------------------|-----|-----|------|
| ,573 | 1 | 172 | ,450 |

Hasil Uji Homogenitas di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi di ketahui sebesar 0,450 yang artinya mempunyai signifikansi di atas 0.05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kedua variabel data pengaruh dukungan sosial teman sebaya dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tes bahasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang memiliki varian yang sama (homogen).

3. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan statistik dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Perhitungan statistik tersebut dilakukan dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS versi 16. Hipotesis akan diterima manakala nilai $t_{hitung} > t_{table}$. Adapun langkah-langkah dalam uji hipotesis antara lain sebagai berikut:

a. Uji simultan (F)

Menurut Imam Ghozali Uji F pada dasarnya menunjukkan apakah variabel bebas yang dimasukkan dalam model mempunyai pengaruh terhadap variabel terikat. Untuk menguji kedua hipotesis ini digunakan uji F dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Adapun kriteria pengujian dimana H_a diterima apabila $p \text{ value} < \alpha$ dan H_a ditolak apabila $p \text{ value} > \alpha$.

Tabel 16

ANOVA^a

| Model | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|------------|----------------|----|-------------|---------|-------------------|
| Regression | 2524,360 | 1 | 2524,360 | 112,674 | ,000 ^b |
| Residual | 1904,353 | 85 | 22,404 | | |
| Total | 4428,713 | 86 | | | |

a. Dependent Variable: Kecemasan dalam menghadapi tes bahasa

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial Teman Sebaya

Hasil analisis data mengenai pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap menurunkan tingkat kecemasan koefisien pengaruh F sebesar 112,674 dengan nilai signifikansi (P value) 0,000. Melihat nilai P value tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dukungan sosial teman sebaya dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tes bahasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Berdasar hasil tersebut maka

dapat diambil pemahaman bahwa, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah kecemasan dalam menghadapi tes, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebaya, maka semakin tinggi kecemasan dalam menghadapi tes.

b. Uji Determinasi (R)

Dalam uji linear, koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui prosentase sumbangan pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat, untuk itu digunakan angka-angka pada tabel model *summary*. Cara menentukan koefisien determinasi dengan melihat kolom R, hasil dari analisa data SPSS.

Tabel 17

Model Summary

| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1 | ,755 ^a | ,570 | ,565 | 4,73330 |

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial Teman Sebaya

Tabel di atas menjelaskan besarnya nilai korelasi atau hubungan (R) yaitu sebesar 0,755. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,570, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (dukungan sosial teman sebaya) terhadap variabel terikat (kecemasan) adalah sebesar 0,565%.

Tabel 18

Coefficients^a

| Model | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
|------------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| | B | Std. Error | Beta | | |
| (Constant) | 20,989 | 6,860 | | 3,060 | ,003 |
| Dukungan Sosial Teman Sebaya | ,838 | ,079 | ,755 | 10,615 | ,000 |

a. Dependent Variable: Kecemasan dalam menghadapi tes bahasa

Hasil analisis data juga menunjukkan bahwa nilai probabilitas t_{hitung} variabel dukungan sosial teman sebaya sebesar 10,615 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hal tersebut berarti dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap menurunkan tingkat kecemasan.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa ada pengaruh mengenai dukungan sosial teman sebaya terhadap menurunkan tingkat kecemasan. Besarnya pengaruh menunjukkan koefisien pengaruh F sebesar 112,674 dengan nilai signifikansi (P value) 0,000 yang nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05 dan dengan R Square sebesar 0,570, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (dukungan sosial teman sebaya) terhadap variabel terikat (kecemasan) adalah sebesar 0,565%. Selain itu, diperkuat juga dengan t_{hitung} sebesar 10,615 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05. Hal tersebut berarti dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap menurunkan tingkat kecemasan.

Dukungan sosial sangat diperlukan kehadirannya oleh siapapun khususnya mahasiswa FDK angkatan 2016 dsalam menghadapi tes. Hal ini dikarenakan dukungan sosial memerankan peranan penting dalam masalah psikologis, kurangnya dukungan sosial yang diterima dapat menyebabkan adanya masalah psikologis yang dirasakan oleh peserta yang akan menghadapi tes. Dukungan sosial merupakan dukungan yang diterima oleh individu dari orang lain yang berupa dukungan emosional (memberikan perhatian, kepedulian dan kenyamanan), dukungan instrumental, duku penghargaan atau harga diri, dukungan informasi atau dukungan dari kelompok. Individu yang memperoleh dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka memiliki arti bafi orang lain, bernilai, dicintai, disayangi dan merupakan bagian kelompok dari mereka yang menolongnya ketika membutuhkan bantuan.⁸⁴

⁸⁴ Edward P. Sarafino, *Health Psychology Biopsychosocial Interaction, Fourth Edition* (New Jersey: NH Wiley), hlm.94.

Pada penelitian ini, analisis yang digunakan peneliti yaitu teknik korelasi *Product Moment* pada media SPSS 25.0 *for windows* yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel dukungan sosial dengan variabel kecemasan yang diperoleh hasil 10,615 dan Sig sebesar 0,00. Artinya bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin rendah kecemasan yang dirasakan.

Berdasarkan hasil analisis, dapat terlihat bahwa yang mendapatkan dukungan sosial, seperti dukungan emosional dengan adanya rasa dihargai, perhatian, kepedulian, peraaan didengarkan, dukungan instrumental seperti adanya bantuan secara langsung yang didapatkan, dukungan informasi misalnya pemberian bantuan berupa saran, nasihat, masukan dan dukungan moril dengan penerimaan motivasi dari orang yang memiliki pengaruh, sehingga kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa yang akan menghadapi tes berkurang, hal ini dikarenakan dia merasa diperhatikan, disayangi, dicintai, dipedulikan, didengarkan dan dianggap ada oleh orang sekitarnya.

Dukungan sosial sangat sangat penting bagi kehidupan sosial manusia menurut eksin, hal ini terbukti dengan adanya masalah psikologis seperti depresi, kesepian, dan kecemasan dapat berkurang dengan adanya dukungan sosial yang diterima.⁸⁵ Menurut Taylor dengan pemberian dukungan sosial efektif dalam mengatasi kecemasan atau tekanan psikologis terhadap situasi yang mengancam dan menekan serta dapat mengurangi respon fisiologis terhadap kecemasan.⁸⁶ Hal ini juga sependapat dengan Elliot dan Gramling yang menemukan bahwa dukungan sosial dapat membantu individu untuk mengurangi kecemasan yang dirasakannya.⁸⁷ Menurut Cohen dan Mckay dukungan sosial telah dipercaya sebagai hubungan timbal balik yang sangat menguntungkan dan menjauhkan individu dari rasa cemas. Sarason dan Pierce juga mengatakan

⁸⁵ Ramaiah, *Kecemasan: Bagaimana Cara mengatasi Penyebabnya*, (Jakarta: Pustaka Obor, 2007), hlm. 15

⁸⁶ Taylor, S. E, *Health Psychology*, (Yogyakarta; edisi 6), hlm 50

⁸⁷ Hawari, *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*, (Jakarta; 2011), hlm. 39

bahwa dukungan sosial memberikan manfaat bagi kesehatan mental seseorang.

Dukungan sosial yang diterima oleh individu membuat dirinya merasa bahwa diperhatikan karena adanya bantuan serta pertolongan yang didapat, sehingga dapat membantu unggul dalam belajar dan memiliki pemahaman yang lebih baik karena terhindar dari gangguan psikologis seperti kecemasan, sehingga menurut Gurung dukungan sosial mengacu pada adanya rasa diperhatikan, dicintai, dihormati dan dihargai oleh orang sekitarnya. Dukungan sosial juga elemen yang dapat membantu untuk mengurangi kecemasan yang dirasakannya.⁸⁸

Kecemasan yang terjadi di lingkungan kampus yang banyak terjadi pada mahasiswa adalah bentuk dari kecemasan ketidaksiapan mental dalam menghadapi tes. Kecemasan dan hilangnya ketenangan mahasiswa dalam menghadapi tes bahasa adalah suatu respon atau perasaan yang tidak menyenangkan yang dialami oleh seseorang yang dipengaruhi oleh individu dan situasi eksternal sehingga menimbulkan akibat-akibat khusus secara psikologis maupun fisiologis terhadap seseorang. Sebagaimana yang disampaikan oleh Alvin, kecemasan dan hilangnya ketenangan terkait tes adalah perasaan yang dihadapi oleh orang yang akan menghadapi tes terdapat tekanan-tekanan dari dalam lingkup kampus. Tekanan-tekanan tersebut berhubungan dengan proses belajar dan kegiatan kampus, serta saat menjelang tes, dan hal-hal yang lain.⁸⁹

Kecemasan menurut Muchlas adalah sebagai sesuatu pengalaman subyektif mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman.⁹⁰ Sementara Lazarus membedakan perasaan cemas menurut penyebabnya menjadi dua, yaitu pertama, *State Anxiety* adalah reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu

⁸⁸ Fiona dan Zaenal Abidin, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa SMAN 2 Kota Magelang", Jurnal Universitas Diponegoro Empati, Volume 02 No 03 2013.

⁸⁹ W. S. Winkel, *Psikologi Pengajaran*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2004), hlm. 73.

⁹⁰ M. Muchlas, *Psikoneurosa dan Gangguan Psikomatif*, (Jogjakarta: Muria, 1976), hlm,

yang dirasakan sebagai ancaman, misalnya mengikuti tes, menjalani operasi, atau lainnya. Keadaan ini ditentukan oleh perasaan yang subyektif. Kedua, *Trait Anxiety* adalah disposisi untuk menjadi cemas dalam menghadapi berbagai macam situasi (gambaran kepribadian).⁹¹ Ini merupakan ciri atau sifat yang cukup stabil yang mengarahkan seseorang atau menginterpretasikan suatu keadaan menetap pada individu (bersifat bawaan) dan berhubungan dengan kepribadian yang demikian.

Pada fenomena ini, individu harus mampu menempatkan diri dengan baik di lingkungannya dan mengetahui tingkat kecemasannya, karena tidak semua kecemasan yang di alami oleh mahasiswa dalam menghadapi tes bersifat sama, oleh karenanya sikap setiap individu dalam menempatkan diri dengan lingkungannya dapat mempengaruhi intensitas kecemasan yang dialaminya dalam menghadapi tes.⁹² Oleh karena itu kemampuan mahasiswa dalam berinteraksi dengan teman sebayanya sebagai media *social support* sangatlah dibutuhkan dalam menekan tingkat kecemasan menghadapi tes bahasa.

Adanya hubungan ini dapat diartikan bahwa dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan dalam menghadapi tes bahasa saling berkaitan. Menurut sudut pandang psikologi perkembangan, Papalia menjelaskan bahwa remaja memulai lebih mengandalkan teman dibandingkan orang tua untuk mendapatkan kedekatan dan dukungan serta mereka lebih dapat berbagi rahasia dibandingkan dengan orang-orang yang lebih muda dengan teman mereka. Kapasitas untuk membangun kedekatan berhubungan dengan penyesuaian diri psikologis dan kompetensi sosial. Remaja yang memiliki pertemanan yang dekat, stabil, dan mendukung umumnya memiliki pandangan yang baik tentang diri mereka sendiri, menjalani pendidikan di kampus dengan baik, mampu bergaul, serta memiliki kemungkinan yang kecil untuk menjadi kasar, cemas, atau depresi. Dalam

⁹¹ R. S. Lazarus, *Patterns of Adjustment*, (Tokyo; Kogakusha Ltd, 1976), hlm, 45.

⁹² M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruuz Media, 2010), hlm. 142.

rentang kehidupan manusia, masa yang rentan terhadap kecemasan dan stres atau tekanan, remaja membutuhkan dukungan sosial yang didapatkan dari lingkungan sosialnya sebagai sumber kasih sayang, simpati, pengertian dan tuntunan moral; tempat untuk melakukan eksperimen; serta sarana untuk mencapai otonomi dan kemandirian dari orang tua.⁹³

Kajian hubungan dua variabel tersebut tidak pernah dibahas dalam Islam, akan tetapi al Quran dan hadits telah membahas hal tersebut. Allah SWT berfirman sesuai dengan dukungan ini yang termaktub dalam surat al-Maidah ayat 2 yang berbunyi :



⁹³ Papalia Olds Feldman, Human Development, (Jakarta: Salemba Humanika, 2009), hlm.96.

Setelah hasil observasi peneliti di lapangan menunjukkan bahwa terdapat beberapa indikasi agar mahasiswa meningkatkan intensitas dukungan sosial teman sebayanya adalah : Pertama, perluasan makna tentang dukungan sosial, dimana pribadi bersikap peduli, empati dan saling mendukung serta lebih memperhatikan kesejahteraan hidup bersama sesuatu diluar dirinya, memiliki pertimbangan dan jiwa sosial yang kuat, memiliki rasa untuk menyelesaikan persoalan dan menjadi kompak atau seragam, serta diarahkan pada partisipasi langsung. Kedua, menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, seperti bersikap empati, peduli dan saling mendukung. Juga membangun rasa cinta untuk menciptakan harmoni dan keselarasan, Ketiga, penerimaan diri, dimana individu menerima kelemahan dan kekurangan orang lain disertai toleransi juga menerima emosi-emosi manusia, dan mengontrolnya. Keempat, falsafah hidup, yaitu individu yang melihat kedepan, berpersepsi realistis terhadap kenyataan, juga didorong oleh tujuan dan rencana juga perasaan kewajiban serta tanggung jawab terhadap diri sendiri dan kepada orang lain.

Hasil penelitian menyatakan bahwa ada pengaruh dukungan sosial teman sebaya dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tes bahasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa salah satu hal yang diperlukan untuk meningkatkan kesiapan menghadapi tes adalah adanya dukungan sosial. Dengan adanya dukungan sosial antara individu memungkinkan kebiasaan untuk memiliki rasa peduli, empati, toleransi dan saling mendukung sesama dalam mempersiapkan tes serta mencapai target lulus dengan skor yang memuaskan.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa terdapat Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Menurunkan

Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Tes Bahasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Hasil dalam penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut: Hal ini sesuai dengan hasil uji Nilai F sebesar 112,674 dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$ dan hasil uji dengan R Square sebesar 0,570, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (dukungan sosial teman sebaya) terhadap variabel terikat (kecemasan) adalah sebesar 0,565%. Selain itu, diperkuat juga dengan sebesar 10,615 dengan nilai sig. sebesar $0,000 < 0,05$. Hal tersebut berarti dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap menurunkan tingkat kecemasan.

Dengan demikian, uji hipotesis tersebut menunjukkan hasil yang positif, yaitu menyatakan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tes bahasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah kecemasan yang dihadapi mahasiswa. Atau sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi kecemasan yang dihadapi mahasiswa.

B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga bagian, yaitu:

1. Untuk sumbangan pemikiran dan memperkaya wawasan pengetahuan bagi keilmuan Bimbingan dan Penyuluhan Islam mengenai hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan dalam menghadapi test bahasa.
2. Sebagai acuan bagi para mahasiswa UIN Walisongo khususnya Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dan pengelola Pusat Pengembangan Bahasa supaya menyadari arti pengaruh dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebayanya, sehingga dapat berguna dan membantu bagi para mahasiswa mengenai tingkat kecemasannya.

C. Penutup

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, dan hidayah-Nya serta pertolongan-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan tugas penelitian ini dengan lelah, letih, jenuh, kehilangan ide, dan semangat yang pasang surut.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat berbagai kesalahan meskipun sudah peneliti usahakan semaksimal mungkin. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari pembaca sangat dibutuhkan demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan khususnya bagi peneliti sendiri di masa yang akan datang *Amin*

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Ibnu Husain Syukail, *Kesempitan Hati Tanda-Tanda Penyakit dan Solusi*, (Jakarta: Qisthi Press, 2004)
- Abdurrahman dan Muhidin, *Analisis Korelasi, Regresi dan Jalur Penelitian*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2007)
- Arif Tri Setyanto, Sharen Junifa Clarabella, Hardjono, “*Hubungan Penyesuaian Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Hardines pada Remaja yang*

Mengalami Residential Mobility di Keluarga Militer”, Jurnal Ilmiah Progam Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

Arsyad Azhar, *Bahasa Arab dan Metode Pengajarannya*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010),

Atkinson Rita L., *Pengantar Psikologi*, ed 8, (Jakarta: Erlangga, 1996)

Azwar Saifuddin, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015)

Azwar Saifuddin, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013)

Bastaman Hanna Djumhana, *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2001)

Bungin M. Burhan, *Metode Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana)

Chairunnissa, *Metode Penelitian Ilmiah Aplikasi dalam Pendidikan dan Sosial*, (Jakarta : Mitra Wacana Media, 2017)

Darmawan Deni, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013)

Derajad Zakiyah, *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1978)

Drever James, *Kamus Psikologi, terjemahan Nancy Simanjuntak*, (Jakarta: Bina Aksara, 1988)

Endang Sri Indrawati dan Paundra Kartika Permata Sari, “*Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro*”, Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Volume 5(2,) April 2016.

Erin Ratna Kustanti dan David Hasiholan Sinaga “*Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Efikasi Diri Wirausaha pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro*”, Jurnal Empati Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Volume 6(1)

Feldman Papalia Olds, *Human Development*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2009)

Ghozali Imam, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*, (Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro)

Hawari, *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*, (Jakarta; 2011)

Hendriani, “*Pengaruh Expressive Writing pada Kecemasan menyelesaikan skripsi*”, Jurnal Mahasiswa Universitas Surabaya, Volume 1 No.1, (2012)

<http://nuraminsaleh.blogspot.co.id/2013/01/pengertian-kecemasan-menurut-para-ahli.html>.

<https://tarantulaibob.wordpress.com/2013/01/13/pengertian-spss-dan-keunggulan-spss/>.

<https://www.ideapers.com/2018/11/kontroversi-toefl-imka-uin-walisongo.html>

<https://www.ideapers.com/2018/11/kontroversi-toefl-imka-uin-walisongo.html>

Hurlock Elizabeth Bargner, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, edisi kelima, (Jakarta: Erlangga, 1991), hlm. 231.

Jalaludin H., *psikologi agama*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008)

Kuntjoro Zainudin Sri. Dukungan Sosial pada Lansia, diakses pada 23 Juni 2018 pk1 12.10, <http://www.e-psikologi.com>

Latifah Nur Ahyani dan Fani Kumalasari, “*Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan*”, jurnal ilmiah alumni Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus, Volume 1 No.1, Juni (2012).

M. Muchlas, *Psikoneorosa dan Gangguan Psikomatif*, (Jogjakarta: Muria, 1976)

Mappiare Andi, *Psikologi Remaja*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1982)

Maslihah Sri, *Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT ASSYFA Boarding School Subang Jawa Barat*, Jurnal Ilmiah Jurusan Psikologi Undip, Volume 10 No. 2, Oktober 2011.

Nofrans Eka Saputra dan Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012)

Poerwadarminta WJS., *Kamus Umum Bahasa Indonesia*

Priyatno Dwi , *Mandiri Belajar Analisis Data dengan SPSS*, (Yogyakarta: MediaKom, 2013)

R. S. Lazarus, *Patterns of Adjustment*, (Tokyo; Kogakusha Ltd, 1976)

Ramaiah, *Kecemasan: Bagaimana Cara mengatasi Penyebabnya*, (Jakarta: Pustaka Obor, 2007)

Reni Akbar dan Hawadi, *Psikologi Perkembangan Anak Mengenai Sifat, Bakat, dan Kemampuan Anak*, (Jakarta: PT. Grasindo, 2006)

RI Kementerian Agama, *Al-Qur'an Fadhilah Terjemah dan Transliterasi Latin*, (Bandung: Sygma)

Rini Risnawati S dan M. Nur Ghufro, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruuz Media, 2010)

Risianti Amie, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja SMA Pusaka 1 Jakarta*, Jurnal Ilmiah fakultas psikologi Universitas Gunadarma.

Santosa Singgih, *spss 22 from essential to expert skill*, (Jakarta: PT Elex media Komputindo 2014)

Santosa Slamet, *Dinamika Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006)

Santrock John W, *Adolescence: Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga, 2007)

Sarafino Edward P., *Health Psychology Biopsychosocial Interaction*, (USA: John Wiley and Sons), hlm.74.

Sarwono Sarlito Wirawan, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1994)

Semiun Yustinus , *Teori Kepribadian & Terapi Psikoanalitik Freud*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006)

Siregar Sofian, *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif Dilengkapi dengan Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2015)

Siregar Sofian, *Statistika Deskriptif untuk Penelitian*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014)

Smet Bart, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT. Grasindo, 1994)

- Solso Robert L., *psikologi kognitif*, (Jakarta: Erlangga, 2008)
- Sopiah dan Etta Mamang Sangadji, *Metode Penelitian; Pendekatan Praktis dalam Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Offset), hlm. 153.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 80.
- Sujarweni Wiratna, *Metode Penelitian Lengkap Praktis dan Mudah Dipahami*, (Yogyakarta; Pustaka Baru Press, 2014)
- Sukandarrumidi, *Metode Penelitian Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2012)
- Sulaeman M. Munandar, *Suatu Pengantar Ilmu Budaya Dasar*, (Bandung: PT Refika Aditama, 1998)
- Suliswati, S.Kp, M.Kes, dkk, *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*, (Jakarta: Encourage Creativity, 2005)
- Sunar Prasetyono Dwi, *Metode Mengatasi Cemas dan Depresi*, (Yogyakarta: ORYZA, 2007)
- Taylor, S. E, *Health Psychology*, (Yogyakarta; edisi 6)
- Trismiati, “Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Pria dan Wanita Akseptor Kontrasepsi Mantap di Rsup Dr. Sarjito Yogyakarta”, *Jurnal Universitas Bina Dharma*.
- W. S. Winkel, *Psikoogi Pengajaran*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2004)
- Wahyono Teguh, *25 Model Analisis Statistik dengan SPSS 17, Elex Media Komputindo, Jakarta, 2009*
- Wahyuni Nini Sri, “Hubungan Dukungan Sosial dengan Kemampuan Bersosialisasi pada Siswa SMK Negeri 3 Medan”, *Jurnal Ilmiah Diversita Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*, Volume 2 No. 2, Desember 2016.
- Walgito Bimo, *penganta psikologi umum*, (Yogyakarta: Andi offset, 2002)
- Widodo, *Metodologi Penelitian Populer dan Praktis*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2017)
- Yettie, V. 2004. Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap perilaku asertif pada remaja awal. Diperoleh dari thesis.binus.ac.id/.../2011-2-01064-ps2001.htm.

Yusuf A. Muri, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana, 2014)

Zaenal Abidin dan Fiona, “*Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa SMAN 2 Kota Magelang*”, Jurnal Universitas Diponegoro Empati, Volume 02 No 03 2013.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1

SKALA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2019**

| | | |
|---------------|---|-----------------------|
| Nama | : | |
| Kelas | : | |
| Jenis Kelamin | : | Laki-laki / Perempuan |

Dibawah ini terdapat 30 pernyataan.

Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Kemudian Anda diminta untuk mengemukakan apakah isi pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri Anda, dengan cara memberi tanda centang (\checkmark) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia.

Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:

SS = Sangat Sesuai

S = Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

Setiap orang dapat mempunyai jawaban yang berbeda, karena itu pilih jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

| No. | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1. | Sahabat dapat diandalkan bantuannya ketika saya membutuhkannya | | | | |
| 2. | Saya merasa tidak memiliki hubungan yang dekat dengan teman | | | | |
| 3. | Saya tidak memiliki sahabat yang dapat memberi arahan ketika saya tertekan | | | | |
| 4. | Teman tidak ada waktu untuk diajak konsultasi tentang tes bahasa | | | | |
| 5. | Teman dapat diajak konsultasi tentang materi tes bahasa | | | | |
| 6. | Jika saya lulus tes, sahabat menganggap biasa saja | | | | |
| 7. | Saya akrab dengan teman | | | | |
| 8. | Saya tidak begitu akrab dengan teman | | | | |
| 9. | Bimbingan dari teman membuat optimis lulus saya | | | | |
| 10. | Saya diabaikan sahabat ketika butuh bimbingan | | | | |
| 11. | Teman menghargai keterampilan berbahasa yang saya miliki | | | | |
| 12. | Saya diberi rasa semangat untuk rajin belajar bahasa dari sahabat | | | | |
| 13. | Saya dapat pujian atas kelulusan tes dari teman | | | | |
| 14. | Saya tidak dapat pujian lulus tes dari teman | | | | |
| 15. | Teman mau berbagi informasi tentang jadwal tes | | | | |
| 16. | Tak satupun teman yang menunjukkan cara mendaftar tes | | | | |
| 17. | Sebelum masuk ruang ujian saya bertanya pada teman mengenai apa saja yang boleh dibawa di ruang tes | | | | |
| 18. | Saat saya sedih tidak lulus tes, sahabat berusaha menghibur | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 19. | Saya lebih percaya diri dengan dukungan teman yang selalu memotivasi saya untuk lulus tes | | | | |
| 20. | Karena tidak mampuan berbahasa, teman mengejek saya | | | | |
| 21. | Saya di suruh sahabat duduk di depan | | | | |
| 22. | Saya diejek teman saat rajin belajar | | | | |
| 23. | Saya meminta nasehat teman tentang cara mudah memahami Bahasa Arab dan Bahasa Inggris | | | | |
| 24. | Saat saya meminta bantuan untuk cari informasi jadwal tes, teman menghindar | | | | |
| 25. | Saya tidak pernah di bedakan dengan teman yang lainnya | | | | |
| 26. | Saya diabaikan teman saat menceritakan keluhan kesah menyelesaikan tes bahasa | | | | |
| 27. | Saya banyak diberi informasi oleh teman tentang tes bahasa | | | | |
| 28. | Sahabat tidak mau menjelaskan kembali tentang materi tes bahasa | | | | |
| 29. | Petugas PPB selalu memberikan arahan tentang cara mendaftar tes bahasa | | | | |
| 30. | Saya kesulitan mendapatkan arahan teman saat pendaftaran tes | | | | |

Lampiran 2

SKALA KECEMASAN



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2019**

Nama :
Kelas :
Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan

Dibawah ini terdapat 30 pernyataan.

Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Kemudian Anda diminta untuk mengemukakan apakah isi pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri Anda, dengan cara memberi tanda centang (\checkmark) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia.

Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:

SS = Sangat Sesuai

S = Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

Setiap orang dapat mempunyai jawaban yang berbeda, karena itu pilih jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

| No. | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|-----|--|----|---|----|-----|
| 1. | Saya cemas karena tes bahasa semakin dekat | | | | |
| 2. | Saya khawatir kalau tidak lulus tes bahasa | | | | |
| 3. | Saya minder dalam menghadapi tes bahasa | | | | |
| 4. | Kepala saya pusing mendengarkan kata tes bahasa | | | | |
| 5. | Saya bersemangat menghadapi tes bahasa | | | | |
| 6. | Saya tidak bersemangat menghadapi tes bahasa | | | | |
| 7. | Saya malu jika tidak lulus tes bahasa | | | | |
| 8. | Saya menjadi tegang ketika ingat suasana ruangan tes | | | | |
| 9. | Saya senang menghadapi tes karena saya anggap ini sebagai tantangan | | | | |
| 10. | Saya tetap santai meskipun tes semakin dekat | | | | |
| 11. | Saya tidak yakin dengan kemampuan saya mengerjakan soal tes bahasa | | | | |
| 12. | Saya biasa saja walaupun nanti mendapatkan nilai yang tidak memuaskan | | | | |
| 13. | Yang penting saya lulus meskipun skornya pas | | | | |
| 14. | Tidak apa-apa jika nanti saya tidak lulus, itu memang batas kemampuan saya | | | | |
| 15. | Saya merasa yakin saya bisa mengerjakan soal tes bahasa besok | | | | |
| 16. | Saya termotivasi dengan teman saya yang sudah lulus tes | | | | |
| 17. | Saya akan berusaha dengan kemampuan saya sendiri saat tes | | | | |
| 18. | Konsentrasi saya tidak maksimal ketika ingat tes bahasa semakin dekat | | | | |
| 19. | Saya sulit berkonsentrasi karena memikirkan tes | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 20. | Saya lebih semangat belajar bahasa inggris dan bahasa arab | | | | |
| 21. | Saya rasanya capek dan bosan setiap hari belajar bahasa inggris dan bahasa arab | | | | |
| 22. | Tidak ada rasa gemetar sedikitpun pada tangan saya saat ujian tes | | | | |
| 23. | Saya menyempatkan diri melakukan hobi saya meskipun tes sudah dekat | | | | |
| 24. | Saya sulit memahami soal tes bahasa ketika gugup | | | | |
| 25. | Saya tidak merasakan apa-apa ketika sedang mengerjakan ujian tes | | | | |
| 26. | Saya merasa was-was ketika mengerjakan tes bahasa | | | | |
| 27. | Telapak tangan saya mengeluarkan keringat saat mengerjakan tes | | | | |
| 28. | Saya benar-benar merasa siap untuk menghadapi tes bahasa | | | | |
| 29. | Perut saya terasa mual jika ingat tes bahasa | | | | |
| 30. | Jantung saya berdetak lebih cepat (deg-degan) ketika memikirkan tes bahasa | | | | |

Lampiran 3

Skor Jawaban Responden Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Lampiran 4

Skor Jawaban Responden Skala Kecemasan Menghadapi Tes

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|
| 31 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 189 | | |
| 32 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 190 | | |
| 33 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 191 | | |
| 34 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 1 | 4 | 4 | 1 | 4 | 192 | | |
| 35 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 193 | |
| 36 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 194 | |
| 37 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 195 | |
| 38 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 196 | |
| 39 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 197 | |
| 40 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 198 | |
| 41 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 199 | |
| 42 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 200 | |
| 43 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 201 | |
| 44 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 202 | |
| 45 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 203 | |
| 46 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 204 | |
| 47 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 205 | |
| 48 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 206 | |
| 49 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 207 | |
| 50 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 208 | |
| 51 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 209 | |
| 52 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 210 | |
| 53 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 211 | |
| 54 | 3 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 212 | |
| 55 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 213 | |
| 56 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 214 | |
| 57 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 215 |
| 58 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 216 |
| 59 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 217 |
| 60 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 218 | |
| 61 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 219 | |
| 62 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 220 | |
| 63 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 221 |
| 64 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 222 | |
| 65 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 223 | |
| 66 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 224 | |
| 67 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 225 | |
| 68 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 226 | |
| 69 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 227 | |
| 70 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 228 | |
| 71 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 229 | |
| 72 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 230 | |
| 73 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 231 | |
| 74 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 232 | |
| 75 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 233 | |
| 76 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 234 | |
| 77 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 235 | |
| 78 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 236 | |
| 79 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 237 | |
| 80 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 238 | |
| 81 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 239 | |
| 82 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 240 | |
| 83 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 241 | |
| 84 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 242 | |
| 85 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 243 | |
| 86 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 244 | |
| 87 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 245 | |
| 88 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 246 | |
| 89 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 247 | |
| 90 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 248 | |
| 91 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 249 | |
| 92 | 3 | 4 | 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Lampiran 5

Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

| | |
|-------------------------|-------------------|
| <i>Cronbach's Alpha</i> | <i>N of Items</i> |
| ,797 | 30 |

| | <i>Scale Mean if Item Deleted</i> | <i>Scale Variance if Item Deleted</i> | <i>Corrected Item-Total Correlation</i> | <i>Cronbach's Alpha if Item Deleted</i> |
|--------------|-----------------------------------|---------------------------------------|---|---|
| Pernyataan 1 | 100,00 | 61,256 | ,127 | ,797 |
| Pernyataan 2 | 100,16 | 57,834 | ,377 | ,789 |
| Pernyataan 3 | 100,98 | 56,023 | ,448 | ,785 |
| Pernyataan 4 | 100,16 | 57,834 | ,377 | ,789 |
| Pernyataan 5 | 101,13 | 55,507 | ,424 | ,786 |
| Pernyataan 6 | 100,16 | 57,834 | ,377 | ,789 |
| Pernyataan 7 | 101,02 | 61,232 | -,008 | ,806 |

| | | | | |
|---------------|--------|--------|------|------|
| Pernyataan 8 | 101,07 | 58,949 | ,120 | ,804 |
| Pernyataan 9 | 100,16 | 57,834 | ,377 | ,789 |
| Pernyataan 10 | 100,48 | 56,974 | ,405 | ,787 |
| Pernyataan 11 | 100,16 | 57,834 | ,377 | ,789 |
| Pernyataan 12 | 100,39 | 58,683 | ,225 | ,795 |
| Pernyataan 13 | 100,68 | 57,430 | ,413 | ,788 |
| Pernyataan 14 | 100,38 | 58,075 | ,331 | ,791 |
| Pernyataan 15 | 100,16 | 57,834 | ,377 | ,789 |
| Pernyataan 16 | 100,55 | 56,436 | ,438 | ,786 |
| Pernyataan 17 | 100,16 | 57,834 | ,377 | ,789 |
| Pernyataan 18 | 100,25 | 57,261 | ,458 | ,786 |
| Pernyataan 19 | 100,11 | 60,056 | ,266 | ,794 |
| Pernyataan 20 | 100,48 | 57,090 | ,344 | ,790 |
| Pernyataan 21 | 100,05 | 60,928 | ,156 | ,797 |
| Pernyataan 22 | 100,56 | 57,202 | ,479 | ,786 |
| Pernyataan 23 | 100,33 | 60,457 | ,118 | ,798 |
| Pernyataan 24 | 101,25 | 60,354 | ,049 | ,805 |
| Pernyataan 25 | 100,84 | 57,997 | ,230 | ,796 |
| Pernyataan 26 | 100,75 | 55,982 | ,378 | ,788 |
| Pernyataan 27 | 100,71 | 55,626 | ,385 | ,788 |
| Pernyataan 28 | 100,48 | 58,322 | ,371 | ,790 |
| Pernyataan 29 | 100,63 | 59,189 | ,174 | ,798 |
| Pernyataan 30 | 100,40 | 56,406 | ,416 | ,786 |

Lampiran 6

Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Tes

Reliability Statistics

| <i>Cronbach's Alpha</i> | <i>N of Items</i> |
|-------------------------|-------------------|
| ,758 | 30 |

Item-Total Statistics

| | <i>Scale Mean if Item Deleted</i> | <i>Scale Variance if Item Deleted</i> | <i>Corrected Item-Total Correlation</i> | <i>Cronbach's Alpha if Item Deleted</i> |
|--------------|-----------------------------------|---------------------------------------|---|---|
| Pernyataan 1 | 102,62 | 45,354 | ,163 | ,760 |
| Pernyataan 2 | 101,92 | 45,354 | ,202 | ,756 |
| Pernyataan 3 | 102,49 | 44,811 | ,232 | ,755 |
| Pernyataan 4 | 101,74 | 47,336 | ,076 | ,759 |
| Pernyataan 5 | 102,53 | 43,880 | ,269 | ,753 |
| Pernyataan 6 | 102,38 | 44,378 | ,266 | ,752 |
| Pernyataan 7 | 102,62 | 45,354 | ,163 | ,760 |
| Pernyataan 8 | 101,74 | 47,336 | ,076 | ,759 |
| Pernyataan 9 | 101,85 | 45,501 | ,272 | ,752 |

| | | | | |
|---------------|--------|--------|------|------|
| Pernyataan 10 | 102,10 | 42,908 | ,524 | ,738 |
| Pernyataan 11 | 101,74 | 47,336 | ,076 | ,759 |
| Pernyataan 12 | 101,95 | 45,719 | ,187 | ,756 |
| Pernyataan 13 | 102,18 | 45,803 | ,220 | ,754 |
| Pernyataan 14 | 101,89 | 44,777 | ,392 | ,747 |
| Pernyataan 15 | 102,13 | 44,275 | ,360 | ,747 |
| Pernyataan 16 | 102,62 | 45,354 | ,163 | ,760 |
| Pernyataan 17 | 101,85 | 44,896 | ,435 | ,746 |
| Pernyataan 18 | 101,87 | 43,763 | ,499 | ,741 |
| Pernyataan 19 | 101,76 | 46,162 | ,341 | ,751 |
| Pernyataan 20 | 102,13 | 42,763 | ,446 | ,741 |
| Pernyataan 21 | 101,69 | 47,217 | ,174 | ,757 |
| Pernyataan 22 | 102,07 | 44,600 | ,411 | ,746 |
| Pernyataan 23 | 101,98 | 45,976 | ,228 | ,754 |
| Pernyataan 24 | 102,51 | 45,997 | ,090 | ,766 |
| Pernyataan 25 | 101,98 | 45,976 | ,228 | ,754 |
| Pernyataan 26 | 102,36 | 41,837 | ,453 | ,739 |
| Pernyataan 27 | 101,98 | 45,976 | ,228 | ,754 |
| Pernyataan 28 | 102,07 | 43,856 | ,518 | ,741 |
| Pernyataan 29 | 102,29 | 44,556 | ,281 | ,751 |
| Pernyataan 30 | 101,99 | 44,639 | ,326 | ,749 |

Lampiran 7

SKALA

DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2019**

| | |
|---------------|-------------------------|
| Nama | : |
| Kelas | : |
| Jenis Kelamin | : Laki-laki / Perempuan |

Dibawah ini terdapat 25 pernyataan.

Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Kemudian Anda diminta untuk mengemukakan apakah isi pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri Anda, dengan cara memberi tanda centang (\checkmark) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia.

Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:

SS = Sangat Sesuai

S = Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

Setiap orang dapat mempunyai jawaban yang berbeda, karena itu pilih jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

| No. | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1. | Saya merasa tidak memiliki hubungan yang dekat dengan teman | | | | |
| 2. | Saya tidak memiliki sahabat yang dapat memberi arahan ketika saya tertekan | | | | |
| 3. | Teman tidak ada waktu untuk diajak konsultasi tentang tes bahasa | | | | |
| 4. | Teman dapat diajak konsultasi tentang materi tes bahasa | | | | |
| 5. | Jika saya lulus tes, sahabat menganggap biasa saja | | | | |
| 6. | Saya tidak begitu akrab dengan teman | | | | |
| 7. | Bimbingan dari teman membuat optimis lulus saya | | | | |
| 8. | Saya diabaikan sahabat ketika butuh bimbingan | | | | |
| 9. | Teman menghargai keterampilan berbahasa yang saya miliki | | | | |
| 10. | Saya diberi rasa semangat untuk rajin belajar bahasa dari sahabat | | | | |
| 11. | Saya dapat pujian atas kelulusan tes dari teman | | | | |
| 12. | Saya tidak dapat pujian lulus tes dari teman | | | | |
| 13. | Teman mau berbagi informasi tentang jadwal tes | | | | |
| 14. | Tak satupun teman yang menunjukkan cara mendaftar tes | | | | |
| 15. | Sebelum masuk ruang ujian saya bertanya pada teman mengenai apa saja yang boleh dibawa di ruang tes | | | | |
| 16. | Saat saya sedih tidak lulus tes, sahabat berusaha menghibur | | | | |
| 17. | Saya lebih percaya diri dengan dukungan teman yang selalu memotivasi saya untuk lulus tes | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 18. | Karena tidak mampuan berbahasa, teman mengejek saya | | | | |
| 19. | Saya diejek teman saat rajin belajar | | | | |
| 20. | Saya tidak pernah di bedakan dengan teman yang lainnya | | | | |
| 21. | Saya diabaikan teman saat menceritakan keluhan kesah menyelesaikan tes bahasa | | | | |
| 22. | Saya banyak diberi informasi oleh teman tentang tes bahasa | | | | |
| 23. | Sahabat tidak mau menjelaskan kembali tentang materi tes bahasa | | | | |
| 24. | Petugas PPB selalu memberikan arahan tentang cara mendaftar tes bahasa | | | | |
| 25. | Saya kesulitan mendapatkan arahan teman saat pendaftaran tes | | | | |

Lampiran 8

SKALA KECEMASAN



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2019**

Nama :
Kelas :
Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan

Dibawah ini terdapat 27 pernyataan.

Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Kemudian Anda diminta untuk mengemukakan apakah isi pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri Anda, dengan cara memberi tanda centang (\checkmark) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia.

Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:

SS = Sangat Sesuai

S = Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

Setiap orang dapat mempunyai jawaban yang berbeda, karena itu pilih jawaban yang paling sesuai dengan diri sAnda, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

| No. | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1. | Saya cemas karena tes bahasa semakin dekat | | | | |
| 2. | Saya khawatir kalau tidak lulus tes bahasa | | | | |
| 3. | Saya minder dalam menghadapi tes bahasa | | | | |
| 4. | Saya bersemangat menghadapi tes bahasa | | | | |
| 5. | Saya tidak bersemangat menghadapi tes bahasa | | | | |
| 6. | Saya malu jika tidak lulus tes bahasa | | | | |
| 7. | Saya senang menghadapi tes karena saya anggap ini sebagai tantangan | | | | |
| 8. | Saya tetap santai meskipun tes semakin dekat | | | | |
| 9. | Saya biasa saja walaupun nanti mendapatkan nilai yang tidak memuaskan | | | | |
| 10. | Yang penting saya lulus meskipun skornya pas | | | | |
| 11. | Tidak apa-apa jika nanti saya tidak lulus, itu memang batas kemampuan saya | | | | |
| 12. | Saya merasa yakin saya bisa mengerjakan soal tes bahasa besok | | | | |
| 13. | Saya termotivasi dengan teman saya yang sudah lulus tes | | | | |
| 14. | Saya akan berusaha dengan kemampuan saya sendiri saat tes | | | | |
| 15. | Konsentrasi saya tidak maksimal ketika ingat tes bahasa semakin dekat | | | | |
| 16. | Saya sulit berkonsentrasi karena memikirkan tes | | | | |
| 17. | Saya lebih semangat belajar bahasa inggris dan bahasa arab | | | | |
| 18. | Saya rasanya capek dan bosan setiap hari belajar bahasa inggris dan bahasa arab | | | | |
| 19. | Tidak ada rasa gemetar sedikitpun pada tangan saya saat ujian tes | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|
| 20. | Saya menyempatkan diri melakukan hobi saya meskipun tes sudah dekat | | | | |
| 21. | Saya sulit memahami soal tes bahasa ketika gugup | | | | |
| 22. | Saya tidak merasakan apa-apa ketika sedang mengerjakan ujian tes | | | | |
| 23. | Saya merasa was-was ketika mengerjakan tes bahasa | | | | |
| 24. | Telapak tangan saya mengeluarkan keringat saat mengerjakan tes | | | | |
| 25. | Saya benar-benar merasa siap untuk menghadapi tes bahasa | | | | |
| 26. | Perut saya terasa mual jika ingat tes bahasa | | | | |
| 27. | Jantung saya berdetak lebih cepat (deg-degan) ketika memikirkan tes bahasa | | | | |

Lampiran 9

Data Riset Uji Validitas dan Realibilitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| R1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| R2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 |
| R3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 |
| R4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 |
| R5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 4 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 |
| R6 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| R7 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| R8 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| R9 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 |
| R10 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| R11 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| R12 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| R13 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 |
| R14 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| R15 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| R16 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 |
| R17 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 |
| R18 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 |
| R19 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| R20 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 |
| R21 | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 |
| R22 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 |
| R23 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 1 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 |
| R24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| R25 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| R26 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 |
| R27 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 |
| R28 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 |
| R29 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| R30 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 |
| R31 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 |
| R32 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 |
| R33 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| R34 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| R35 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | |
| R36 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | |
| R37 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | |
| R38 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | |
| R39 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| R40 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | |
| R41 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | |
| R42 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | |
| R43 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| R44 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | |
| R45 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | |
| R46 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | |
| R47 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | |
| R48 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | |
| R49 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | |
| R50 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | |
| R51 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 4 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | |
| R52 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | |
| R53 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | |
| R54 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | |
| R55 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | |
| R56 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | |
| R57 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | |
| R58 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | |
| R59 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | |
| R60 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | |
| R61 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | |
| R62 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | |
| R63 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | |
| R64 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | |
| R65 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | |
| R66 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | |
| R67 | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | |
| R68 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | |
| R69 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| R70 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| R71 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| R72 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | |
| R73 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 |
| R74 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | |
| R75 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| R76 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 |
| R77 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 |
| R78 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 1 |
| R79 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 |
| R80 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 |
| R81 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 |
| R82 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 |
| R83 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| R84 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| R85 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 |
| R86 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| R87 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 |

Lampiran 10

Data Riset Uji Validitas dan Realibilitas Skala Keceemasan

[illegible]

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|-----|
| R80 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 98 | |
| R81 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 101 | |
| R82 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 87 | |
| R83 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 87 |
| R84 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 86 |
| R85 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 100 | |
| R86 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 90 |
| R87 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 101 |

Hasil Riset Uji Riset Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Reliability Statistics

| <i>Cronbach's Alpha</i> | <i>N of Items</i> |
|-------------------------|-------------------|
| ,750 | 25 |

Item-Total Statistics

| | <i>Scale Mean if Item Deleted</i> | <i>Scale Variance if Item Deleted</i> | <i>Corrected Item-Total Correlation</i> | <i>Cronbach's Alpha if Item Deleted</i> |
|---------------|-----------------------------------|---------------------------------------|---|---|
| Pernyataan 1 | 82,76 | 41,371 | ,137 | ,750 |
| Pernyataan 2 | 83,03 | 38,662 | ,261 | ,744 |
| Pernyataan 3 | 83,64 | 38,488 | ,282 | ,743 |
| Pernyataan 4 | 82,85 | 41,733 | -,022 | ,757 |
| Pernyataan 5 | 83,74 | 36,964 | ,374 | ,736 |
| Pernyataan 6 | 83,67 | 37,946 | ,315 | ,740 |
| Pernyataan 7 | 83,72 | 40,388 | ,078 | ,758 |
| Pernyataan 8 | 83,69 | 38,310 | ,202 | ,752 |
| Pernyataan 9 | 82,93 | 39,530 | ,281 | ,743 |
| Pernyataan 10 | 83,21 | 36,678 | ,571 | ,724 |
| Pernyataan 11 | 83,28 | 39,993 | ,123 | ,754 |
| Pernyataan 12 | 83,08 | 39,749 | ,180 | ,749 |
| Pernyataan 13 | 83,34 | 38,484 | ,395 | ,736 |
| Pernyataan 14 | 83,03 | 38,336 | ,437 | ,734 |
| Pernyataan 15 | 83,28 | 38,528 | ,352 | ,738 |
| Pernyataan 16 | 83,26 | 36,080 | ,599 | ,720 |
| Pernyataan 17 | 82,93 | 39,228 | ,401 | ,738 |
| Pernyataan 18 | 82,98 | 37,651 | ,536 | ,729 |
| Pernyataan 19 | 82,85 | 40,268 | ,317 | ,744 |
| Pernyataan 20 | 83,22 | 36,242 | ,535 | ,724 |
| Pernyataan 21 | 82,78 | 40,894 | ,249 | ,747 |
| Pernyataan 22 | 83,23 | 38,435 | ,438 | ,734 |
| Pernyataan 23 | 83,07 | 41,135 | ,062 | ,754 |
| Pernyataan 24 | 83,79 | 40,050 | ,087 | ,760 |
| Pernyataan 25 | 83,46 | 38,879 | ,223 | ,747 |

Hasil Riset Uji Riset Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Tes
Bahasa

Reliability Statistics

| <i>Cronbach's Alpha</i> | <i>N of Items</i> |
|-------------------------|-------------------|
| ,782 | 27 |

Item-Total Statistics

| | <i>Scale Mean if Item Deleted</i> | <i>Scale Variance if Item Deleted</i> | <i>Corrected Item-Total Correlation</i> | <i>Cronbach's Alpha if Item Deleted</i> |
|---------------|-----------------------------------|---------------------------------------|---|---|
| Pernyataan 1 | 89,66 | 51,159 | ,097 | ,782 |
| Pernyataan 2 | 89,82 | 47,105 | ,478 | ,767 |
| Pernyataan 3 | 90,63 | 46,165 | ,459 | ,766 |
| Pernyataan 4 | 89,82 | 47,105 | ,478 | ,767 |
| Pernyataan 5 | 90,78 | 45,382 | ,460 | ,765 |
| Pernyataan 6 | 89,82 | 47,105 | ,478 | ,767 |
| Pernyataan 7 | 90,68 | 51,151 | -,021 | ,793 |
| Pernyataan 8 | 90,72 | 50,249 | ,020 | ,797 |
| Pernyataan 9 | 89,82 | 47,105 | ,478 | ,767 |
| Pernyataan 10 | 90,14 | 47,725 | ,342 | ,773 |
| Pernyataan 11 | 89,82 | 47,105 | ,478 | ,767 |
| Pernyataan 12 | 90,05 | 48,649 | ,229 | ,779 |
| Pernyataan 13 | 90,33 | 47,713 | ,394 | ,771 |
| Pernyataan 14 | 90,03 | 48,243 | ,320 | ,774 |
| Pernyataan 15 | 89,82 | 47,105 | ,478 | ,767 |
| Pernyataan 16 | 90,21 | 47,329 | ,367 | ,772 |
| Pernyataan 17 | 89,82 | 47,105 | ,478 | ,767 |
| Pernyataan 18 | 89,91 | 47,898 | ,396 | ,771 |
| Pernyataan 19 | 89,77 | 50,272 | ,208 | ,780 |
| Pernyataan 20 | 90,14 | 47,585 | ,310 | ,775 |
| Pernyataan 21 | 89,70 | 50,817 | ,144 | ,781 |
| Pernyataan 22 | 90,22 | 47,568 | ,451 | ,769 |
| Pernyataan 23 | 89,99 | 50,500 | ,094 | ,784 |
| Pernyataan 24 | 90,91 | 50,177 | ,049 | ,791 |
| Pernyataan 25 | 90,49 | 47,369 | ,289 | ,777 |
| Pernyataan 26 | 90,40 | 47,360 | ,279 | ,777 |
| Pernyataan 27 | 90,37 | 47,096 | ,284 | ,777 |

Hasil Jumlah Skor Jawaban Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Skala
Kecemasan Menghadapi Tes

**Jumlah Skor Jawaban Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya (X) dan Variabel
Menghadapi Tes (Y)**

| No. Resp. | Skor X | Skor Y | No. Resp. | Skor X | Skor Y | No. Resp. | Skor X | Skor Y |
|--------------|-----------|-----------|--------------|-----------|-----------|--------------|-----------|-----------|
| R-1 | 94 | 101 | R-30 | 88 | 83 | R-59 | 96 | 105 |
| R-2 | 84 | 96 | R-31 | 97 | 104 | R-60 | 92 | 102 |
| R-3 | 83 | 88 | R-32 | 98 | 104 | R-61 | 91 | 100 |
| R-4 | 92 | 96 | R-33 | 82 | 89 | R-62 | 85 | 94 |
| R-5 | 73 | 80 | R-34 | 91 | 98 | R-63 | 86 | 95 |
| R-6 | 86 | 91 | R-35 | 94 | 101 | R-64 | 88 | 96 |
| R-7 | 91 | 97 | R-36 | 82 | 87 | R-65 | 86 | 97 |
| R-8 | 91 | 100 | R-37 | 81 | 87 | R-66 | 82 | 95 |
| R-9 | 89 | 95 | R-38 | 81 | 86 | R-67 | 75 | 91 |
| R-10 | 92 | 92 | R-39 | 92 | 100 | R-68 | 84 | 92 |
| R-11 | 97 | 101 | R-40 | 85 | 90 | R-69 | 76 | 84 |
| R-12 | 97 | 101 | R-41 | 94 | 101 | R-70 | 79 | 90 |
| R-13 | 96 | 105 | R-42 | 91 | 97 | R-71 | 82 | 93 |
| R-14 | 97 | 102 | R-43 | 90 | 82 | R-72 | 85 | 75 |
| R-15 | 95 | 100 | R-44 | 96 | 101 | R-73 | 75 | 88 |
| R-16 | 90 | 94 | R-45 | 89 | 94 | R-74 | 71 | 79 |
| R-17 | 88 | 95 | R-46 | 83 | 90 | R-75 | 82 | 96 |
| R-18 | 89 | 96 | R-47 | 92 | 101 | R-76 | 86 | 83 |
| R-19 | 89 | 97 | R-48 | 83 | 96 | R-77 | 94 | 104 |
| R-20 | 85 | 95 | R-49 | 83 | 88 | R-78 | 95 | 104 |
| R-21 | 77 | 91 | R-50 | 90 | 96 | R-79 | 78 | 89 |
| R-22 | 88 | 92 | R-51 | 73 | 80 | R-80 | 88 | 98 |
| R-23 | 79 | 84 | R-52 | 82 | 91 | R-81 | 93 | 101 |
| R-24 | 84 | 90 | R-53 | 88 | 97 | R-82 | 81 | 87 |
| R-25 | 85 | 93 | R-54 | 90 | 100 | R-83 | 79 | 87 |
| R-26 | 91 | 75 | R-55 | 85 | 95 | R-84 | 78 | 86 |
| R-27 | 82 | 88 | R-56 | 88 | 92 | R-85 | 88 | 100 |
| R-28 | 75 | 79 | R-57 | 92 | 101 | R-86 | 80 | 90 |
| R-29 | 84 | 96 | R-58 | 92 | 101 | R-87 | 93 | 101 |

Deskripsi Data Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kecemasan
Menghadapi Tes, Hasil Analisis Uji Hipotesis

Dukungan Sosial Teman Sebaya

Descriptive Statistics

| | N | Range | Minimum | Maximum | Sum | Mean | Std. Deviation |
|------------------------------|----|-------|---------|---------|---------|-------|----------------|
| Dukungan Sosial Teman Sebaya | 87 | 27,00 | 71,00 | 98,00 | 7543,00 | 86,70 | 6,468 |
| Valid N (listwise) | 87 | | | | | | |

Kecemasan Menghadapi Tes

| | N | Range | Minimum | Maximum | Sum | Mean | Std. Deviation |
|--------------------|----|-------|---------|---------|---------|-------|----------------|
| Kecemasan | 87 | 30,00 | 75,00 | 105,00 | 8144,00 | 93,61 | 7,176 |
| Valid N (listwise) | 87 | | | | | | |

Hasil Analisis Uji Hipotesis

Uji simultan (F)

ANOVA^b

| Model | | Sum of Squares | Df | Mean Square | F | Sig. |
|-------|------------|----------------|----|-------------|---------|-------------|
| 1 | Regression | 2524,360 | 1 | 2524,360 | 112,674 | ,000 |
| | Residual | 1904,353 | 85 | 22,404 | | |
| | Total | 4428,713 | 86 | | | |

a. Dependent Variable : Kecemasan

b. Predictors : Dukungan Sosial Teman
Sebaya

Uji Determinasi (R)

Model summary

| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1 | ,755 | ,570 | ,565 | 4,73330 |

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial teman sebaya

BIODATA PENULIS



Nama : M. Zidni Ilma
NIM : 1401016077
Program Studi/Jurusan : S1/Bimbingan dan Penyuluhan Islam
TTL : Kudus, 09 Juli 1996
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Alamat : Jalan Kutuk Glagahwaru RT 05/ RW 01
Desa Kalirejo Kecamatan Undaan
Kabupaten Kudus

Jenjang Pendidikan Formal :

1. SDN 01 Kalirejo Undaan Kudus (lulus tahun 2008)
2. MTs NU Assalam Jati Kudus (lulus tahun 2011)
3. MA NU Assalam Jati Kudus (lulus tahun 2014)

Pengalaman Organisasi :

1. UKM KORDAIS (Rebbana)
2. Walisongo English Club (WEC)

Semarang, 30 Desember 2019

Penulis

M. Zidni Ilma

1401016077